



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DENGAN MAKNA HIDUP PADA LANSIA YANG BERTEMPAT TINGGAL DI PANTI

SALSABILA DENITA & ACHMAD CHUSAIRI*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda atau panti lansia. Partisipan penelitian ini adalah lansia dengan usia mulai dari 60 tahun dan bertempat tinggal di panti wreda, jumlah total partisipan pada penelitian ini adalah 50 orang perempuan lansia. Pengumpulan data dilakukan dengan metode survei, menggunakan instrumen *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) yang dikembangkan oleh Pachana dan kawan-kawan, dan instrumen *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger. Data dianalisis secara statistik dengan memakai teknik uji korelasi. Hasil dari penelitian memperlihatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,138 dan nilai Sig. sebesar 0,341, nilai tersebut menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan arah korelasi positif antara kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti.

Kata kunci: lansia, kecemasan, makna hidup, panti wreda

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between anxiety and the meaning of life in elderly people who live in nursing homes or elderly homes. The participants in this study were elderly people ranging in age from 60 years and residing in nursing homes. The total number of participants in this study was 50 elderly women. Data collection was carried out using a survey method, with measuring instrument the *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) developed by Pachana and friends, and the *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) developed by Steger. The data was analyzed statistically using correlation test techniques. The results of this research show a correlation coefficient value of 0.138 and a Sig. of 0.341, this value states that there is no significant relationship in the direction of a positive correlation between anxiety and the meaning of life in elderly people who live in institutions.

Keywords: elderly, anxiety, meaning of life, nursing home

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp, doi:

Dikirimkan: Diterima: Diterbitkan

Editor:

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: achmad.chusairi@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>),

sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Badan kesehatan dunia atau *World Health Organization* (WHO), mengestimasi antara tahun 2015 dan 2050, persentase penduduk usia 60 tahun ke atas akan meningkat sebanyak hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Pada tahun 2050, jumlah penduduk lansia diperkirakan akan mencapai 2 milyar jiwa, dan sebanyak 80% dari lansia di dunia berada di negara dengan pendapatan rendah dan sedang (Kementrian Kesehatan RI, 2015). Peningkatan jumlah penduduk lansia tersebut lebih cepat pada masa ini dibandingkan pada tahun-tahun sebelumnya. Hal ini tentu saja mengubah gambaran sebelumnya ketika hanya negara maju saja yang menghadapi permasalahan lansia. Kini, hampir semua negara di dunia akan menghadapi tantangan yang sama untuk menjamin sistem kesehatan dan dukungan sosial mampu menghadapi perubahan komposisi penduduk tersebut.

Menurut statistik lanjut usia tahun 2019, persentase penduduk lansia terus mengalami peningkatan dalam beberapa dekade terakhir (Badan Penduduk Statistik, 2021). Pada tahun 2019, persentase lansia mencapai 9,6 persen (25,66 juta jiwa). Lansia perempuan (10,10 persen) lebih banyak sekitar satu persen dibandingkan dengan lansia laki-laki (9,10 persen). Kemudian, berdasarkan Badan Pusat Statistik, Susenas Maret 2021, proporsi lansia pada tahun 2021 mencapai 10,82 persen atau sekitar 29,3 juta orang. Dengan rincian, 63,65 persen adalah lansia muda (60-69 tahun), 27,66% adalah lansia madya (70-79 tahun), dan 8,68% adalah lansia tua (80 tahun ke atas). Jumlah tersebut menunjukkan bahwa Indonesia sudah memasuki fase struktur penduduk menua, ditandai dengan proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas yang sudah melebihi 10 persen dari total penduduk di Indonesia (Badan Penduduk Statistik, 2021)

Pada tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari sepuluh persen. Dengan tiga terbanyak di antaranya adalah DI. Yogyakarta (15,52 persen), Jawa Timur (14,53 persen), dan Jawa Tengah (14,17 persen) (Badan Penduduk Statistik, 2021). Berdasarkan data oleh *Global AgeWatch* (2015), bahwa 91,8 persen orang berusia di atas 50 tahun yang merasa hidupnya bermakna dibandingkan dengan orang berusia 35-49 tahun yang merasakan hal yang sama. Indikator ini mengukur kesejahteraan mental dengan asesmen secara mandiri (HelpAge International, 2014).

Menurut WHO, lebih dari 20 persen lansia yang berusia 60 tahun ke atas, menderita gangguan mental atau neurologis (selain sakit kepala) dan 6,6 persen dari seluruh kecacatan (disability adjusted life years-DALYs) di antara orang di atas 60 tahun dikaitkan dengan gangguan mental atau neurologis. Gangguan mental dan neurologis yang paling umum pada kelompok usia ini adalah depresi dan demensia, yang mempengaruhi masing-masing sekitar 7% (depresi) dan 5% (demensia) dari populasi dunia yang lebih tua. Gangguan kecemasan mempengaruhi 3,8% dari populasi yang lebih tua, masalah penggunaan narkoba mempengaruhi hampir 1% dan sekitar seperempat dari kematian adalah akibat dari melukai diri sendiri (World Health Organization, 2023).

Menurut jajak pendapat yang dilakukan oleh Institut Kebijakan dan Inovasi Perawatan Kesehatan Universitas Michigan pada tahun 2021, dengan mengambil sampel nasional sejumlah 2.000 orang dewasa berusia 50 hingga 80 tahun, ditemukan bahwa lebih dari 1 diantara 4 lansia mengalami kecemasan. Saat ditanyakan mengenai kondisinya pada dua minggu terakhir sebelum survey dilaksanakan, 28% lansia mengatakan bahwa mereka merasa tertekan atau putus asa, 34% mengatakan

bahwa mereka gugup atau cemas, dan 44% mengatakan baru-baru ini merasakan stress (Malani et al., 2021). Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa lansia juga mengalami kecemasan pada beberapa tahun belakangan ini.

Kecemasan menurut Dona Fitri dan Ifdil (2016), kecemasan atau anxiety adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman samar - samar disertai perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang tidak jelas (Annisa & Ifdil, 2016). Kecemasan bisa terjadi pada semua kalangan, salah satunya lansia. Kecemasan pada lansia biasa terjadi dikarenakan berbagai hal, seperti lansia yang dahulu menjalani kehidupannya bersama - sama pasangan, merasakan kecemasan ketika ditinggal selamanya (meninggal) pasangannya. Lansia bingung dengan hal - hal apa yang akan dilakukan setelah hidup sendiri, lansia merasa khawatir tidak ada lagi teman bercerita dikala senang atau sedih, dan sebagainya. Berawal dari kecemasan ini menimbulkan berbagai permasalahan baik fisik maupun psikis pada lansia.

Orang dewasa yang hidup sendiri, tidak memiliki dukungan sosial, khawatir tentang penularan penyakit, memiliki kesehatan yang buruk, dan terkena diskriminasi secara psikologis berpengaruh selama pandemi, hal ini menyebabkan mereka memiliki tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi (Le dkk., 2020; Tee dkk., 2020; Wang, Pan, dkk., 2020). Mempertimbangkan beberapa faktor — seperti risiko stigmatisasi akibat usia tua, kemungkinan lebih tinggi untuk menderita penyakit kronis, dan kemungkinan lebih tinggi untuk hidup sendiri — lansia lebih mungkin terkena dampak pandemi, tetapi ada sejumlah studi yang berfokus pada orang tua dalam pandemi (Hamm et al., 2020; Yang et al., 2020) (dalam Yildrima, 2021).

Lansia menurut Erikson, berada pada tahap perkembangan integrity vs despair. Apabila seseorang merasakan kehidupannya tidak produktif, atau jika seseorang mempunyai perasaan bersalah atas hal yang terjadi pada masa lalu, hal tersebut memunculkan perasaan keputusasaan. Lalu, apabila seseorang merasakan kesuksesan di kehidupannya, ia akan merasa puas dan bijaksana. Lansia pada tahap ini memaknai hidupnya lebih dalam. Lansia akan merefleksikan kehidupan dan pencapaiannya (Van der Kaap-Deeder et al., 2021).

Idealnya, lansia memperoleh dukungan sosial yang baik saat menghadapi masa tua dimana terjadi perubahan pada hidupnya. Hidup bersama dengan orang terdekat dan menikmati setiap waktu bersama dengan orang yang dikasihi akan menumbuhkan kebahagiaan tersendiri. Keluarga adalah satuan terkecil dalam kehidupan bermasyarakat yang memiliki pengaruh paling besar dalam kehidupan seseorang. Keluarga merupakan sumber dukungan yang penting karena keluarga menjadi tempat pertumbuhan dan perkembangan individu, tempat landasan harapan, tempat bercerita dan mengeluarkan keluh kesah apabila individu mengalami permasalahan (Smet, 1994) (dalam Ardhani & Kurniawan, 2020) Keluarga yang menjadi pihak terdekat dengan lansia merupakan sumber yang potensial bagi lansia untuk memperoleh dukungan sosial dan nilai-nilai yang membawanya pada kebermaknaan hidup. Hal tersebut tentu dapat berubah jika lansia meluangkan masa tuanya di panti wreda oleh karena satu dan lain hal. Lansia yang tinggal di panti wreda mungkin dianggap tidak diperhatikan, tidak dirawat atau tidak diterima lagi oleh keluarganya. Kemudian, timbul pertanyaan bagaimana kebermaknaan hidup pada lansia dengan segala kondisi khas yang dirasakannya, dan tidak tinggal bersama keluarga di rumah (Aisyah & Hidir, 2014).

Perasaan kecemasan dan kesepian yang dirasakan para lansia dapat mempengaruhi bagaimana ia memaknai dirinya serta pengalaman hidup yang sudah dilaluinya. Persoalan makna hidup (Bastaman, dalam Cahyawati, 2004) memiliki arti yang penting karena kosongnya makna hidup akan membuat orang tidak tahan terhadap penderitaan dan tidak memiliki harga diri yang kokoh. Proses ini dikatakan

tidak mudah karena membutuhkan pemahaman mendalam tentang makna hidup dan penghayatan diri yang positif (Reni et al., 2014).

Berdasarkan *literatur review* yang telah dilakukan, serta fenomena dan data yang ada, maka peneliti ingin meneliti mengenai hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda. Hipotesis dari penelitian adalah H_0 , yaitu tidak terdapat hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda. Dan H_a , yaitu terdapat hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif-eksplanatori dengan metode pengambilan data berupa survei. Partisipan diberikan pertanyaan secara lisan mengenai variabel kecemasan dan makna hidup yang ada pada kuesioner alat ukur.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian adalah lansia berusia mulai dari 60 tahun yang bertempat tinggal di panti wreda atau panti khusus lansia. Panti wreda yang dipilih adalah panti wreda dari swasta atau Yayasan dan panti wreda yang dibuat oleh pemerintah dan bertempat di wilayah Kota Surabaya. Jumlah partisipan dalam penelitian adalah 50 partisipan lansia perempuan ($M_{usia}=73,7$; $SD_{usia}=8,19$). Penelitian menggunakan bantuan *software G*Power* untuk menentukan jumlah sampel. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan *a priori: compute required sample size* yang menghasilkan ukuran efek (Cohen r) sebesar 0,5, nilai α sebesar 0,05, dan *power* ($1-\beta$) sebesar 0,80 pada jumlah prediktor sebanyak 1. Hasil sampel minimal yang dibutuhkan yaitu sebanyak $N=21$.

Pengukuran

Penelitian menggunakan *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) yang dikembangkan oleh Pachana dan kawan-kawan (2007) bertujuan untuk mengukur kecemasan secara khusus pada lansia di Masyarakat dan yang mendapatkan perawatan psikiatri (Pachana et al., 2007). GAI memiliki terdiri dari 20 aitem dua pilihan jawaban)0= 'tidak setuju', 1= 'setuju') dengan bentuk kuesioner *self-report* yang sudah ditranslasikan ke dalam Bahasa Indonesia. Reliabilitas dari instrument GAI cukup baik yaitu ($\alpha=0,901$). Variabel makna hidup pada lansia diukur menggunakan instrument *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger (2006) dengan jumlah aitem sebanyak 10 aitem. Instrument MLQ telah ditranslasi ke dalam Bahasa Indonesia, dan menggunakan skala *self-report* dengan 7 pilihan jawaban (1='Sangat Benar', hingga 7='Sangat Tidak Benar') (Sabila Rosyad et al., 2019). Reliabilitas yang dimiliki instrument MLQ cukup baik ($\alpha= 0,826$).

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji korelasi, sebelumnya dilakukan uji asumsi parametrik berupa uji normalitas dan uji linearitas. Hasil uji asumsi data berdistribusi normal, namun memiliki hubungan yang tidak linear. Sehingga analisis hipotesis yang digunakan adalah uji korelasi non-parametrik.

Analisis Data

Analisis hipotesis yang dilakukan menggunakan uji korelasi dari *spearman's rho* dengan bantuan dari perangkat lunak *IBM SPSS Statistic 22 for windows*.

HASIL PENELITIAN

Subjek yang berpartisipasi pada penelitian ini berjumlah 50 orang. Subjek adalah lansia yang bertempat tinggal di Panti Werdha Hargo Dedali, Sukolilo, Surabaya dan UPTD Griya Wreda Kalijudan. Subjek yang bertempat tinggal di Hargo Dedali sejumlah 20 orang dan di Griya Wreda Kalijudan sejumlah 30 orang. Seluruh subjek berjenis kelamin perempuan. Kemudian, usia subjek berada pada rentang 60-69 tahun terdapat 16 orang, usia 70-79 tahun ada 22 orang, dan usia 81-90 tahun berjumlah 12 orang.

Hasil kategorisasi kecemasan adalah 14 orang dengan nilai 0 yang berarti tidak ada kecemasan, 20 orang dengan nilai 1-5 yaitu kecemasan rendah, 10 orang dengan nilai 6-10 yaitu kecemasan sedang, dan 6 orang dengan nilai 11-15 yaitu kecemasan tinggi. Lalu, hasil kategorisasi makna hidup terbagi menjadi dua dimensi. Pada dimensi Presence of Meaning, terdapat 10 orang dengan kategori rendah, 25 orang kategori sedang, dan 15 orang dengan kategori tinggi. Lalu pada dimensi search of meaning, terdapat 9 orang dengan kategori rendah, 31 orang dengan kategori sedang, dan 10 orang dengan kategori tinggi. Untuk keseluruhan total instrument makna hidup, didapatkan hasil kategori dengan 10 orang kategori rendah, 32 orang kategori sedang, dan 8 orang kategori tinggi.

Hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan menunjukkan bahwa variabel kecemasan $M=4,10$; $SD=4,460$ dan variabel makna hidup $M=34,34$; $SD=12,331$. Rata-rata usia partisipan penelitian berada pada rentang usia 60-69 tahun sebanyak 16 orang, usia 70-79 sebanyak 22 orang, dan usia 81-90 tahun sebanyak 12 orang. Hasil uji korelasi yang telah dilakukan menyatakan bahwa makna hidup memiliki nilai korelasi koefisien sebesar 0,138 yang menandakan arah korelasi positif namun hubungan antar variabel tidak signifikan dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,341 > 0,05$.

DISKUSI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda atau panti lansia. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terkait hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda, dan dapat menjadi perspektif baru dari segi subjek penelitian, terutama mengenai lansia.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang tidak signifikan antara kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda. Menurut Filho dan kawan-kawan (2013), hubungan yang tidak signifikan bisa saja terjadi karena beberapa hal, salah satunya yaitu ukuran sampel penelitian yang kurang besar, sehingga efek dari satu variabel ke yang lainnya tidak terdeteksi. Selain itu, hasil uji linearitas yang tidak linear juga dapat menjadi penyebabnya. Kemudian, hasil ini tidak sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Ngadiran (2019), bahwa semakin meningkatnya usia, semakin tinggi juga tingkat kecemasannya. Dengan dibuktikan pada penelitian ini, mean kecemasan berada pada angka 4,10 yang termasuk kecemasan rendah (AQN et al., 2021). Hasil yang didapat pada penelitian ini sejalan dengan hasil dari penelitian oleh Ardhani dan Kurniawan (2020), dengan penelitian "Kebermaknaan hidup pada lansia di Panti Werda" bahwa banyak lansia yang merasakan kebermaknaan hidupnya secara baik ketika berada di panti, dan hal itu diakibatkan perlakuan positif yang diterima dan adanya penerimaan. Lansia juga merasa bahagia karena

didengarkan, dihargai, dan dianggap keberadaannya, serta diperlakukan secara baik (Ardhani & Kurniawan, 2020).

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini membuktikan bahwa hubungan kecemasan dengan makna hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti wreda memiliki hubungan yang tidak signifikan. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti terkait kecemasan dan makna hidup, dengan tipe penelitian kualitatif, karena data yang didapatkan akan lebih menyeluruh dan mendalam. Saran untuk panti wreda dan *caregiver* agar lebih memperhatikan keinginan dan kecemasan yang dialami oleh lansia yang tinggal di panti wreda atau panti lansia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti berterima kasih kepada Allah SWT, Umi, Abi, Firaz, Kanz, dan seluruh pihak yang membantu dalam proses penelitian dengan semangat dan dukungan sehingga penelitian ini dapat selesai.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Salsabila Denita dan Achmad Chusairi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

Aisyah, S., & Hidir, A. (2014). Kehidupan Lansia Yang Dititipkan Keluarga Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa*, 1(1).

Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*, 5(2). <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>

AQN, H. R., Ernawati, D., & Anggoro, S. D. (2021). Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Werdha Surabaya. *Hospital Majapahit*, 13(1).

Ardhani, A. N., & Kurniawan, Y. (2020). Kebermaknaan Hidup pada Lansia Di Panti Wreda. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga*, 8, 85.

Badan Penduduk Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021* (Vol. 4104001). Badan Pusat Statistik.

HelpAge International. (2014, October). *Country Ageing Data | Data | Global AgeWatch Index 2015*. United Nations International Day of Older Persons, HelpAge International. <https://www.helpage.org/global-agewatch/population-ageing-data/country-ageing-data/?country=Indonesia>

Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera*. Pusat Data Dan Teknologi Informasi Kementrian Kesehatan. [https://pusdatin.kemkes.go.id/article /view/2205190001/lansia-berdaya%26bangsa-sejahtera.html](https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/2205190001/lansia-berdaya%26bangsa-sejahtera.html)

Malani, P., Kullgren, J., Solway, E., Gerlach, L., Singer, D., & Kirch, M. (2021). *Mental Health Among Older Adults Before and During the COVID-19 Pandemic*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.7302/983>

Pachana, N. A., Byrne, G. J., Siddle, H., Hospital, A., Koloski, N., Harley, E., & Arnold, E. (2007). *Geriatric Anxiety Inventory Development and Validation of the Geriatric Anxiety Inventory*.

Reni, M., Stefani, S., & Wijaya, V. (2014). Gambaran Makna Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha. *Psibernetika*, 7(1).

Sabila Rosyad, Y., Malini, H., & Sarfika, R. (2019). Validity and reliability the Meaning in Life Questionnaire (MLQ); Men who have sex with men at West Sumatera Indonesia. *Riset Informasi Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.30644/rik.v7i1.218>

Van der Kaap-Deeder, J., Vermote, B., Waterschoot, J., Soenens, B., Morbée, S., & Vansteenkiste, M. (2021). The role of ego integrity and despair in older adults' well-being during the COVID-19 crisis: the mediating role of need-based experiences. *European Journal of Ageing*, 19(1), 117–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10433-021-00610-0>

World Health Organization. (2023). *Mental health of older adults*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>