

Hubungan *Loneliness* dengan *Psychological Well-being* Pada Lansia

Fina Indah Permata Hati & Prof. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog
Departemen Psikologi Klinis, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Masalah kesepian atau *loneliness* pada lansia di Indonesia merupakan masalah psikososial terbesar kedua setelah masalah pelupa. Banyak lansia yang mengalami kesepian bermula dari munculnya perasaan kehilangan dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Apabila kondisi ini tidak segera teratasi maka lansia tidak akan mengalami *psychological well-being*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisa hubungan *loneliness* dengan *psychological well-being* pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah literatur review. 10 artikel jurnal yang sudah diseleksi menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *loneliness* dengan *psychological well-being* pada lansia. Semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan lansia maka akan semakin tinggi *psychological well-being* yang dirasakan lansia tersebut, begitu juga sebaliknya. Dengan kemampuan untuk membentuk hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya, kebanyakan lansia akan merasakan kesepian atau *loneliness* rendah karena lansia tersebut memiliki orang untuk berbagi dan dapat dengan mudah menyuarakan pendapatnya tanpa merasa terhalang atau terabaikan sehingga memunculkan *psychological well-being* yang baik.

Kata kunci: Lansia, Kesepian, *Psychological Well-Being*

ABSTRACT

The problem of loneliness or loneliness in the elderly in Indonesia is the second biggest psychosocial problem after the problem of forgetfulness. Many elderly who experience loneliness stem from the emergence of feelings of loss and lack of social support from the surrounding environment. If this condition is not resolved immediately, the elderly will not experience psychological well-being. The purpose of this research is to analyze the relationship between loneliness and psychological well-being in the elderly. The research method used is literature review. The 10 selected journal articles show that there is a strong relationship between loneliness and psychological well-being in the elderly. The lower the level of loneliness felt by the elderly, the higher the psychological well-being felt by the elderly, and vice versa. With the ability to form good relationships with people around them, most elderly people will feel lonely or low alone because these elderly people have people to share with and can easily voice their opinions without feeling hindered or neglected, thus creating good psychological well-being.

Keywords: Elderly, Loneliness, *Psychological Well-Being*

PENDAHULUAN

Kesepian atau *loneliness* adalah sebuah hal yang biasa dirasakan saat meninggalkan / ditinggalkan oleh orang maupun hal-hal yang sudah melekat pada keseharian individu. Loneliness yang tidak biasa adalah *loneliness* atau perasaan kesepian yang berlangsung lama, menurut Miller (2011), *loneliness* yang berkepanjangan bisa berbahaya bagi tubuh, hal ini bisa terjadi karena dapat membuat perubahan pada sistem imun. Pernyataan tersebut didukung oleh Steptoe, Shankar, Demakakos, dan Wardle (2013), bahwa *loneliness* memiliki keterikatan dengan penyakit jantung serta peningkatan tekanan darah. Edwards, dkk. (2016), menyatakan 1 dari 10 orang di dunia sering merasakan *loneliness* yang beresiko berlanjut depresi.

Peplau dan Pearlman (1982) menyatakan bahwa *loneliness* merupakan keadaan dimana seseorang memiliki perasaan tidak senang terhadap pengalaman yang dialami. Sedangkan pada individu dewasa akhir, mereka memasuki tahapan integritas versus keputusasaan (Santrock, 2002). Di mana pada usia ini dianggap sebagai tahapan yang tergolong sulit untuk dilalui menurut beberapa individu karena mereka sudah merasa diasingkan dari lingkungan sosialnya. Jika individu tersebut tidak terdapat integritas. Mereka akan lebih merasa kesepian dan sendiri serta mengalami kurangnya penerimaan diri menghadapi hari tua. Masalah kesepian pada lansia di Indonesia merupakan masalah psikososial terbesar kedua setelah masalah pelupa (Darmojo, 2004). Banyak lansia yang mengalami kesepian bermula dari munculnya perasaan kehilangan dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Hal tersebut membuat lansia akan merasa terasing (terisolasi), tersisihkan, terencil dari masyarakat / lingkungan sekitarnya karena merasa berbeda dengan orang lain (Aristawati, 2015). Perasaan-perasaan seperti ini cenderung memberikan pengaruh negatif terhadap kondisi kesehatan lansia baik fisik maupun psikologis. Apabila kondisi ini tidak segera teratasi maka lansia tidak akan mengalami kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Fenomena kesepian ini sangat penting, karena kesepian dapat memiliki banyak implikasi yang merugikan bagi kesehatan dan memberikan efek negatif pada kualitas hidup (Theeke L.A, 2010).

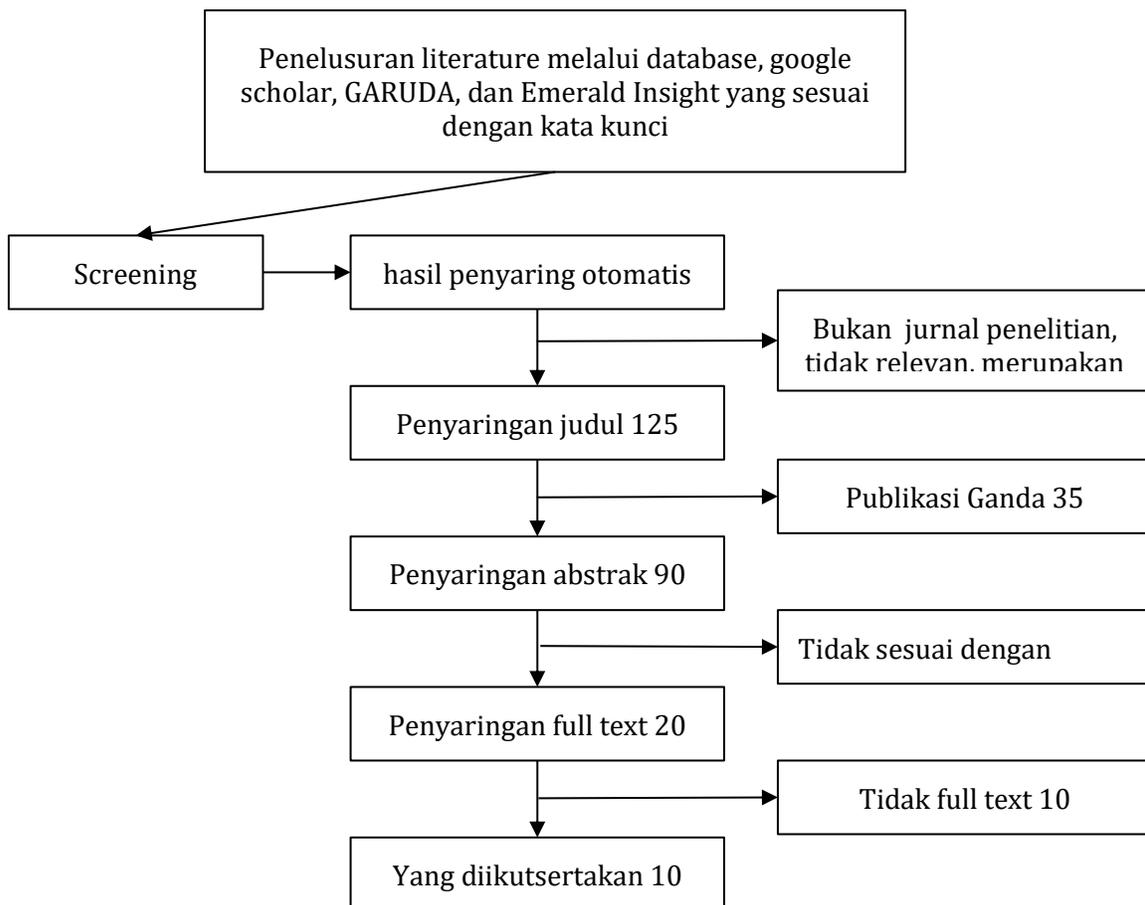
Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan kondisi individu yang memiliki sikap positif akan diri dan orang lain, mampu mengambil keputusan secara mandiri dan dapat mengontrol perilakunya, bisa mengkondisikan lingkungan agar sesuai dan cocok dengan kebutuhannya, mempunyai arah hidup dan lebih memberi makna pada hidup mereka, serta berusaha mempelajari dan menumbuhkan dirinya (Ryff, 1989). Menurut Ryff *psychological well-being* terbagi atas enam dimensi yaitu *environmental mastery, personal growth, purpose in life, self acceptance, autonomy* dan *positive relation with other*. Menurut penelitian pada tahun 2019 yang dilakukan oleh Dwi (Astutik, 2019) pada lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar, lansia yang memiliki rasa kesepian ringan berhubungan dengan keadaan tempat tinggal dimana para lansia tersebut karena bersama keluarganya. Dengan tinggal bersama keluarganya, para lansia ini memiliki lebih banyak kesempatan untuk berkomunikasi dan mengeluarkan perasaannya pada kepada sekelompok orang seperti keluarga. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara *Loneliness* Dan *Psychological Well-Being*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Loneliness* Dan *Psychological Well-Being* Pada Lansia” dengan rumusan masalah sebagai berikut: (1) Apakah terdapat hubungan antara *Loneliness* dengan *Psychological Well-Being*? (2) Bagaimana *Loneliness* mempengaruhi *Psychological Well-Being*? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan membuktikan hubungan antara *Loneliness* dengan *Psychological Well-Being* pada lansia.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* atau kajian kepustakaan. *Literature review* merupakan suatu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan cara membaca dan menelaah berbagai jurnal, buku, dan berbagai naskah terbitan lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian untuk menghasilkan sebuah tulisan yang berkenaan dengan suatu topik atau isu tertentu (Marzali, 2016). Telah dilakukan pencarian literatur dari beberapa sumber yang berkaitan dengan hubungan *loneliness* dan *psychological well-being*. Dalam mencari literatur terdapat tiga database yang digunakan yaitu Google Scholar, Garuda (Garba Rujukan Digital), dan Emerald Insight. Kata kunci yang digunakan dalam mencari literatur pada ketiga database tersebut adalah "*loneliness*" and "*psychological well-being*". Selain itu, digunakan karakteristik yang spesifik dengan hanya memilih literatur yang open access, early access, dan diterbitkan pada rentang tahun 2013 hingga 2023 atau maksimal batas waktu 10 tahun.

Pada penelitian ini juga digunakan faktor inklusi dan eksklusi untuk menyaring ribuan literatur yang ada. Faktor inklusi yang digunakan adalah literatur dilakukan pada konteks hubungan *loneliness* dan *psychological well-being* pada dewasa dan lansia dan literatur mengungkap faktor serta pengukuran dari hubungan *loneliness* dan *psychological well-being*. Untuk faktor eksklusi adalah bahasa yang digunakan di luar Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia, abstrak yang ada pada literatur tidak sejalan dengan teks lengkap, teks lengkap tidak membahas mengenai hubungan *loneliness* dan *psychological well-being*. Proses yang dilakukan dalam penyaringan literatur melalui 4 tahapan yaitu identifikasi, penyaringan, eligibilitas, dan jurnal yang disertakan dalam penulisan. Berikut merupakan proses yang dilakukan untuk menemukan 10 literatur yang digunakan pada penelitian ini:



HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan penelusuran artikel ilmiah melalui Google Scholar, Garuda (Garba Rujukan Digital), dan Emerald Insight. ditemukan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dari pengkajian 3000 artikel klinis dan penelitian yang dipublikasikan antara tahun 2013 hingga 2023, yaitu sebagai berikut:

No	Penulis Jurnal	Tahun	Judul Penelitian	Variabel	Partisipan	Metode	Hasil Penelitian
1	Mawas Dwi Cahyadi	2019	Loneliness and Psychological Well-Being on International Students of the Darmasiswa Program Universitas Negeri Yogyakarta	Loneliness, psychological well being, international students	Seluruh mahasiswa internasional program Darmasiswa Universitas Negeri Yogyakarta tahun pelajaran 2018/2019	Kuantitatif, descriptive research	Secara keseluruhan hasil penelitian dan hasil analisis yang dilakukan peneliti, loneliness dan Psychological Well-Being pada partisipan saling memiliki pengaruh yang sangat besar.
2	N. Sreelekha, Surendra Kumar Sia	2022	Loneliness and Psychological Well-Being Among Community-dwelling Elderly People: The Mediating Role of Death Anxiety	Loneliness, Psychological well-being, Community-dwelling, Death anxiety	209 partisipan lansia (rentang usia 60 tahun hingga diatasnya)	Kuantitatif, cross-sectional correlational design dan convenience sampling approach	Loneliness memiliki hubungan negatif dengan psychological well-being, environmental mastery, personal growth, , memiliki hubungan positif dengan orang lain dan self-acceptance. Oleh karena itu, Loneliness memiliki dampak merugikan yang cukup besar psychological well-being orang lanjut usia
3	Sarah Hapsari, Ratriana YEK	2022	Hubungan antara Psychological Well Being dan Kesepian pada Lansia	Psychological well being, Loneliness pada lansia.	Seluruh lansia yang tergabung dalam kelompok Lansia Gawe Rukun di desa Ringinawe	Kualitatif, correlation study menggunakan teknik total sampling	Ada hubungan korelasi negatif (-) antara psychological well-being (PWB) dengan kesepian pada lansia di Kelompok Lansia Gawe Rukun.

					Kota Salatiga yang berjumlah 60 orang		Artinya semakin tinggi psychological well-being, maka akan semakin rendah tingkat kesepian.
4	Susanti, Vera Veronic, Nadya Krisanta, dan Achmad Irvan Dwi Putra	2021	Hubungan Antara Psychological Well-Being dengan Loneliness Pada Lansia yang Tinggal di Panti Jompo di Kota Medan	Loneliness pada lansia, Psychological Well-Being	100 lansia yang tinggal di panti jompo di Kota Medan yakni Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti, Yayasan Pemenang Jiwa, Yayasan Taman Bodhi Asri.	Kuantitatif, Purposive Sampling, Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling	Ada hubungan negatif antara Psychological Well-Being dengan Loneliness. Psychological Well-Being yang baik sendiri bisa terlihat pada lansia berupa penerimaan diri yang baik, mampu mengambil keputusan sendiri, mau mengembangkan potensi, memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, penguasaan lingkungan, dan adanya tujuan hidup
5	Cindy Frency Halim, Agoes Dariyo	2016	Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau	psychological well-being, loneliness, mahasiswa rantau	405 mahasiswa rantau, berjenis kelamin pria atau wanita dengan rentang usia kira-kira 18-21 tahun yang sedang menempuh masa studi di sebuah universitas di Jakarta.	Kualitatif, teknik pengambilan sampel non-probabilitas sampling, Jenis penarikan sampel accidental sampling	terdapat hubungan negatif yang signifikan antara psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. Selain itu untuk setiap dimensi psychological well-being yaitu autonomy, personal growth, purpose in life, positive relation with others, self-acceptance, dan environmental mastery juga memiliki hubungan yang negatif dan

							signifikan dengan loneliness.
6	Dwi Astutik	2019	Hubungan Kesenian Dengan Psychological Well-Being Pada Lansia Di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar	Kesenian, Psychological Well-Being, Lansia	152 lansia yang berusia 60-70 tahun yang berada di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar	Kualitatif, Desain korelasional menggunakan rancangan cross sectional	Semakin rendah tingkat kesenian yang dirasakan usia lanjut, maka akan semakin tinggi psychological well-being yang dirasakan usia lanjut tersebut.
7	Asmika Tranggono	2022	Pengaruh Psychological Well Being Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Rantau Di Kota Makassar.	Psychological well being, loneliness, mahasiswa rantau	354 responden yang berpartisipasi dari latar belakang usia, asal daerah, dan universitas berbeda di kota Makassar.	Kualitatif, Skala loneliness berdasarkan teori Weiss (1973) dan skala psychological well being oleh Ryff (1989), pengambilan sampel non probability sampling Teknik sampling purposive	Hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh psychological well being terhadap loneliness pada mahasiswa rantau di kota Makassar dengan nilai kontribusi sebesar 0.313 (31,3%) dengan arah pengaruh negatif. Jadi, semakin tinggi psychological well being maka semakin rendah loneliness sebaliknya jika semakin rendah psychological well being maka semakin rendah loneliness.
8	Andreas Rantepadang, Ariel Ben Gery	2020	Hubungan Psychological Well-Being Dengan Loneliness	Loneliness, Mahasiswa, Psychological well being	188 mahasiswa rantau di Universitas Klabat yang terpilih melalui purposive sampling dalam rentang waktu Februari sampai Maret	Kualitatif, Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif korelatif dengan pendekatan cross-sectional	Rata-rata psychological well-being mahasiswa berada pada kategori tinggi dan loneliness kategori rendah, serta ada hubungan antara dua variabel dan derajat/keamatan hubungan sedang, dengan arah hubungan negatif. Hal ini berarti

					2019		semakin tinggi psychological well-being maka kecenderungan mahasiswa untuk memiliki perasaan loneliness semakin rendah. Demikian pula sebaliknya semakin rendah psychological well-being semakin tinggi mahasiswa untuk memiliki perasaan loneliness
9	Dwi Astutik, Retno In darwati and Eka Misbahatu Mar'ah Has	2019	Loneliness and Psychological Well-being of Elderly in Community	kesepian, psychological well-being, lansia	152 lansia yang berusia 60-70 tahun di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar	Kualitatif, desain korelasional berupa cross sectional. Teknik sampling menggunakan probabilitas sampling dengan cara cluster random sampling.	Semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan lanjut usia maka akan semakin tinggi psychological well-being yang dirasakan lanjut usia. Sebagian besar lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar memiliki tingkat kesepian ringan karena lansia tinggal bersama keluarga sehingga mendapat dukungan sosial yang cukup.
10	Marcella Mariska Aryono dan Robik Anwar Dani	2019	Kesepian dan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia yang Memilih Melajang	Psychological Well Being, Kesepian, Lansia	34 Lansia laki-laki lajang di provinsi Jawa Timur yang berusia di atas 45 tahun	Kualitatif, alat pengumpulan data menggunakan The Ryff Scale of Psychological Well-being dan UCLA Loneliness Scale.	hasil penelitian yakni kesepian memberikan sumbangan efektif sebesar 61% terhadap kesejahteraan psikologis, yang berarti 39% sisanya diberikan oleh faktor lain selain kesepian dan tidak diteliti dalam penelitian ini.

DISKUSI

Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan oleh peneliti, secara garis besar *Loneliness* / kesepian memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *psychological well-being*. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan lansia maka akan semakin tinggi *psychological well-being* yang dirasakan lansia tersebut, begitu juga sebaliknya, semakin tinggi tingkat kesepian, maka akan semakin rendah *psychological well-being* yang dirasakan usia lanjut. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* seseorang, pada penelitian tahun 2019 yang dilakukan oleh Marcella dan Robik ditemukan bahwa faktor *loneliness* dapat mencapai hingga 61% sumbangan keefektifannya terhadap *psychological well-being* lansia. Pada lansia Proses penuaan membawa pengaruh dan perubahan yang menyeluruh, baik pada fisik, sosial maupun psikologis (Vitaliati, 2018). Penuaan menyebabkan sejumlah masalah pada diri individu seperti kehilangan teman, penurunan fungsi fisik, dan kemandirian. Menurut Rudpi (2013) saat menghadapi proses menua kondisi psikologis lebih berperan signifikan dalam mempengaruhi tingkat stress pada lansia.

Seseorang dengan *psychological well-being* atau bisa juga disebut dengan kesejahteraan psikologis yang baik, pada umumnya memiliki penerimaan diri yang baik dan mampu beradaptasi terhadap perbedaan situasi dan kondisi yang dialaminya, dan merasa positif tentang kehidupan yang telah dijalani. Tidak semua lansia memiliki *psychological well-being* yang rendah, terbukti melalui penelitian pada tahun 2019 oleh Dwi (Astutik, 2019) pada lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar yang memiliki rasa kesepian yang ringan karena tinggal bersama keluarganya. *Psychological well-being* dapat muncul ketika lansia merasa bahwa masa lalu mereka sangat berharga dan dapat menerima kekurangan diri mereka masing-masing serta memiliki tujuan hidup yang baik dibuktikan dengan menghargai pengalaman yang dilalui dan merasa memiliki kehidupan yang bermakna. Dengan kemampuan untuk membentuk hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya, kebanyakan lansia akan merasakan kesepian atau *loneliness* rendah karena lansia tersebut memiliki orang untuk berbagi dan dapat dengan mudah menyuarakan pendapatnya tanpa merasa terhalang atau terabaikan sehingga memunculkan *psychological well-being* yang baik. Kegiatan yang bisa dilakukan untuk menumbuhkan *psychological well-being* pada lansia juga bisa dengan menambah kesibukan para lansia seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Sarah dan Ratriana pada tahun 2022 di Desa Ringinawe. Desa Ringinawe aktif untuk mengadakan kegiatan para lansia, seperti adanya senam lansia dan Posyandu Lansia yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, baik fisik maupun psikologis. Adanya kegiatan tersebut, lansia memiliki kesibukan dan tidak bergantung dengan lingkungan di mana lansia tersebut tinggal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari review jurnal yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara *loneliness* dengan *psychological well-being* pada lansia. Semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan lansia maka akan semakin tinggi *psychological well-being* yang dirasakan lansia tersebut, begitu juga sebaliknya, semakin tinggi tingkat kesepian, maka akan semakin rendah *psychological well-being* yang dirasakan. *Psychological Well-Being* yang baik sendiri bisa terlihat pada lansia berupa penerimaan diri yang baik, mampu mengambil keputusan sendiri, mau mengembangkan potensi, memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, penguasaan lingkungan, dan adanya tujuan hidup. Selain itu *Psychological well-being* pada lansia dapat ditingkatkan dengan mengadakan kegiatan para lansia, seperti adanya senam lansia dan Posyandu Lansia. Kegiatan tersebut akan membuat lansia tetap aktif berada di lingkungan masyarakat sehingga tidak muncul rasa terasing (terisolasi), tersisihkan, terpercil dari masyarakat / lingkungan sekitarnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Profesor Nurul selaku dosen pembimbing mata kuliah Seminar Psikologi Klinis Universitas Airlangga Surabaya, yang memberikan dukungan serta dapat bekerjasama dengan baik untuk menyelesaikan penelitian ini dengan maksimal. Terima kasih saya ucapkan juga terhadap kedua orang tua saya dan rekan teman-teman maupun sahabat saya yang memberikan dukungan dan do'a agar penelitian ini selesai.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Fina Indah Permata Hati 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

- Aristawati. (2015). *The Indonesian Journal of Health Science* 5(2),181–188.
- Aryono, M. M., & Dani, R. A. (2019). Kesenian dan kesejahteraan psikologis pada lansia usia yang memilih melajang. *Kesenian dan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia yang Memilih Melajang Proyeksi*, 14(2), 162-171.
- Astutik, D. (2019). Hubungan Kesenian Dengan Psychological Well-Being Pada Lansia Di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar.
- Astutik, D., Indrawati, R., & Has, E. M. M. (2019, Agustus). Loneliness and Psychological Well-being of Elderly in Community. *Indonesian Journal Of Community Health Nursing*, 4(1).
- Cahyadi, M. D. (2019). Loneliness and Psychological Well-Being on International Students of the Darmasiswa Program Universitas Negeri Yogyakarta. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 43-54.
- Darmojo, M. (2004). *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta:FKUI
- Edwards, J., Goldie, I., Elliott, I., Breedvelt, J., Chakkalackal, L., & Foye, U. (2016). *Relationships in the 21st Century*. London: Mental Health Foundation.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016, Desember). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2).
- Hapsari, S., & YEK, R. (2022). Hubungan antara Psychological Well Being dan Kesenian pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(2).
- Marzali, A. (2016). *Antropologi & Pembangunan Indonesia*. Prenada Media.
- Miller, G. (2011, January 14). Why loneliness is hazardous to your health. *Science*. 331, 138-140.
- Rantepadang, A., & Gery, A. B. (2020, April). Hubungan Psychological Well-Being Dengan Loneliness. *Nutrix Journal*, 4(1).
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1069–1081.
- Santrock, J. (2002). *Perkembangan Masa Hidup Life Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Sreelekha, N., & Sia, S. K. (2022). Loneliness and Psychological Well-Being Among Community-dwelling Elderly People: The Mediating Role of Death Anxiety. *WORKING WITH OLDER PEOPLE*, 26(4). 10.1108/WWOP-08-2021-0042
- Stephoe, A., Shankar, A., Demakakos, P., & Wardle, J. (2013, April 9). Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *PubMed*, 110, 5797-5801.
- Susanti, Veronika, V., Krisanta, N., & Putra, A. I. D. (2021, April 5). Hubungan Antara Psychological Well-Being dengan Loneliness Pada Lansia yang Tinggal di Panti Jompo di Kota Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 2(1), 20-27.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. (2012). *Social Psychology*. Jakarta: Kencana.
- Theeke L. A. (2010). Sociodemographic and HealthRelated Risks for Loneliness and Outcome Differences by Loneliness Status in a Sample of U.S. Older Adults. *Research in Gerontological Nursing*, 113–125.
- Tranggono, A. (2022). Pengaruh Psychological Well Being Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Rantau Di Kota Makassar.