

Coping Strategy Lansia dalam Mengatasi Kesenian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung

Catur Hery Wibawa^a

^a Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Keywords:

Coping Strategy, Lansia, kesenian

Corresponding Author:

Catur Hery Wibawa

Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Email:

caturherywibawa@gmail.com

Abstract: *The phenomenon of loneliness in the elderly which is a psychological problem can be seen from reduced activities in caring for children, reduced friends or relationships due to lack of activity outside the home, lack of activity resulting in increased free time, death of a spouse, abandoned children due to taking higher education or for work, and the children have grown up and started their own families. Coping strategy can relieve loneliness for the elderly. Coping is intended to turn loneliness as a source of stress into a source of motivation in old age. This research was conducted with the intention of obtaining in-depth information regarding the coping strategy of the elderly (elderly) in overcoming loneliness in Panyocok Village, Ciwidey District, Bandung Regency. The type of research to be carried out is case study research. The data sources were four elderly people over 60 years old, living alone, losing their spouse or close friends, living with children but their children are busy working. Data collection techniques in this study were carried out through: participatory observation, in-depth interviews, and document study. The results showed that each elderly person has a different statement regarding the factors that lead to the existence of loneliness in the elderly. The three elderly feel lonely because they lost their spouse who has passed away and live alone, rarely meeting and communicating with their families. One other elderly person does not have friends in the neighborhood where he lives, so the elderly person does not have other activities other than daily activities with his family at home. Each elderly person has a different form of coping strategy in overcoming loneliness. Some elderly people overcome loneliness by visiting children's homes, inviting their grandchildren to play, communicating with their families, watching TV, even resting at home and worshipping Allah SWT more. However, the four elderly people do not get social support from their families and their environment*

Abstrak: *Fenomena kesenian pada lanjut usia yang merupakan masalah psikologis dapat dilihat dari sudah berkurangnya kegiatan dalam mengasuh anak – anak, berkurangnya teman atau relasi akibat kurangnya aktivitas di luar rumah, kurangnya aktivitas sehingga waktu luang bertambah banyak, meninggalnya pasangan hidup, ditinggalkan anak – anak karena menempuh pendidikan yang lebih tinggi atau untuk bekerja, serta anak – anak telah dewasa dan membentuk keluarga sendiri. Coping strategy dapat menghilangkan kesenian bagi lanjut usia. Coping dimaksudkan dapat mengubah kesenian sebagai sumber stress menjadi sumber motivasi dalam menjalani masa tua. Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mendapatkan suatu informasi yang mendalam terkait coping strategy lanjut usia (lansia) dalam mengatasi kesenian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian studi kasus. Sumber data adalah empat lanjut usia yang berusia lebih dari 60 tahun, hidup sendiri, kehilangan pasangan atau teman dekat, tinggal dengan anak tapi anak – anak mereka sibuk bekerja. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui : observasi partisipatif, wawancara mendalam (in depth interview), dan studi dokumen. Hasil penelitian yaitu masing – masing lansia memiliki pernyataan yang berbeda mengenai faktor – faktor yang menjadi penyebab adanya kesenian pada lanjut usia. Ketiga lansia merasakan kesenian karena kehilangan*

pasangan hidupnya yang telah meninggal dunia dan tinggal sendiri, jarang bertemu dan berkomunikasi dengan keluarganya. Salah satu lansia yang lainnya tidak memiliki teman di lingkungan sekitar tempat tinggalnya, sehingga lansia tersebut tidak memiliki kegiatan lain selain kegiatan sehari – hari bersama keluarga di dalam rumah. Masing – masing lanjut usia memiliki bentuk coping strategy yang berbeda dalam mengatasi kesepian. beberapa lanjut usia mengatasi kesepian dengan mengunjungi rumah anak, mengajak cucu bermain, berkomunikasi dengan keluarga, menonton TV, sampai dengan hanya beristirahat di rumah serta memperbanyak beribadah kepada Allah SWT. Namun, keempat lansia kurang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungannya

PENDAHULUAN

Kondisi lanjut usia yang mengalami berbagai penurunan atau kemunduran baik fungsi biologis maupun psikis dapat mempengaruhi mobilitas dan juga kontak sosial, salah satunya adalah rasa kesepian (loneliness). Lansia yang mengalami kesepian seringkali merasa jenuh dan bosan dengan hidupnya, sehingga lansia tersebut berharap agar kematian segera datang menjemputnya. Hal itu disebabkan karena dirinya tidak ingin menyusahkan keluarga dan orang-orang disekitarnya.

Kesepian adalah perasaan tersisihkan, terpisahkan dari orang lain karena merasa berbeda dengan orang lain, tersisih dari kelompoknya, merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya, terisolasi dari lingkungan, serta tidak ada seseorang tempat berbagi rasa dan pengalaman (Sampao, 2005). Kondisi ini menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan, dan ketelantaran. Seseorang yang menyatakan dirinya kesepian cenderung menilai dirinya sebagai individu yang tidak berharga, tidak diperhatikan dan tidak dicintai. Rasa kesepian akan semakin dirasakan oleh lanjut usia yang sebelumnya adalah seseorang yang aktif dalam berbagai kegiatan yang menghadirkan atau berhubungan dengan orang banyak.

Fenomena kesepian pada lanjut usia yang merupakan masalah psikologis dapat dilihat dari sudah berkurangnya kegiatan dalam mengasuh anak-anak, berkurangnya teman atau relasi akibat kurangnya aktivitas di luar rumah, kurangnya aktivitas sehingga waktu luang bertambah banyak, meninggalnya pasangan hidup, ditinggalkan anak-anak karena menempuh pendidikan yang lebih tinggi atau untuk bekerja, serta anak-anak telah dewasa dan membentuk keluarga sendiri. Lanjut usia yang mengalami kesepian yang merupakan masalah psikologis tersebut, biasanya melakukan kegiatan-kegiatan baik yang melibatkan fisik, psikis, maupun hubungan sosial yang bertujuan untuk menghilangkan kesepiannya, atau paling tidak dapat berkurang dengan melakukan coping yang strategis. Coping bukanlah tindakan sesaat yang dilakukan seseorang, namun terjadi dalam waktu yang lama, dilakukan oleh suatu lingkungan dan individu yang saling mempengaruhi. Coping dimaksudkan dapat mengubah kesepian sebagai sumber stres menjadi sumber motivasi dalam menjalani masa tua.

METODE

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan maksud agar penelitian yang dilakukan dapat menghasilkan suatu informasi yang mendalam terkait coping strategy lanjut usia (lansia) dalam mengatasi kesepian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung, sehingga aspek yang tidak terkuak dari permukaan, dapat peneliti gali sehingga tampak suatu informasi yang merupakan dasar di balik suatu fenomena yang nampak dan diperoleh suatu

proses alamiah tentang bentuk-bentuk kesepian dan coping strategy lansia dalam mengatasi kesepian.

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian studi kasus, yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara mendetail tentang latar belakang, sifat-sifat serta karakter-karakter yang khas dari kasus ataupun status dari individu yang kemudian dari sifat-sifat khas tersebut akan dijadikan suatu hal yang bersifat umum (Nazir, 2011:57). Studi kasus pada penelitian kualitatif adalah penelitian yang memusatkan perhatian pada gejala-gejala sosial dari suatu atau beberapa kasus secara intensif dan mendetail, dengan mempertahankan keutuhan dari subjek yang dipelajari yang tidak terlepas dari konteks yang melatarinya dan ditujukan untuk mengembangkan pengetahuan yang mendalam.

Sumber data yaitu Lansia primer adalah empat lanjutusia yang berusia lebih dari 60 tahun, hidup sendiri, kehilangan pasangan atau teman dekat, tinggal dengan anak tapi anak-anak mereka sibuk bekerja. Lansia ini terdiri dari satu lanjut usia perempuan dan tiga lanjut usia laki-laki yang bertempat tinggal di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung dan Lansia sekunder terdiri dari anak, saudara, dan tetangga dari lanjut usia yang diteliti atau lansia primer

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik lansia adalah ciri-ciri yang melekat pada lansia meliputi nama, jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, status, jumlah anak, dan tinggal bersama. Karakteristik lansia diperoleh melalui wawancara dan studi dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti. Berikut merupakan karakteristik lansia dalam penelitian ini:

Matriks Karakteristik Lansia

No.	Inisial	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Pekerjaan	Pendidikan	Status	Jumlah Anak	Tinggal Bersama
1.	AS	Laki-laki	120	Pedagang Sayuran	SD/Sederajat	Cerai Mati	12	Anak
2.	SM	Laki-laki	80	Tidak Bekerja	SD/Sederajat	Cerai Mati	3	Sendiri
3.	SB	Laki-laki	74	Tidak Bekerja	SD/Sederajat	Kawin	5	Istri dan Keluarga Anak
4.	IY	Perempuan	105	Tidak Bekerja	SD/Sederajat	Cerai Mati	4	Sendiri

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2019

2. Bentuk-bentuk Kesepian Pada Lanjut Usia

Kesepian emosional adalah perasaan kesepian yang disebabkan karena kehilangan sosok terdekat yang selalu memberikan rasa cinta dan kasih sayang terhadap individu, seperti kehilangan pasangan hidup. Selain itu, kesepian emosional timbul dari tidak adanya figur kasih sayang yang intim, seperti yang biasa diberikan oleh orangtua kepada anaknya atau yang biasa diberikan saudara kepada individu. Selanjutnya tipe kesepian yang kedua adalah kesepian sosial yang merupakan kesepian yang terjadi karena isolasi dan disebabkan oleh kurangnya integrasi dalam suatu komunikasi dan kedekatan sosial.

Berikut merupakan tipe-tipe kesepian yang dialami oleh keempat lansia dalam penelitian ini:

Lansia	Tipe Kesepian	Tempat Terjadinya Kesepian	Waktu Terjadinya Kesepian	Penyebab Terjadinya Kesepian	Pihak yang Membantu Mengatasi Kesepian	Cara Mengatasi Kesepian
AS	AS merasa kesepian karena istrinya telah meninggal dan jarang berkomunikasi dengan orang lain.	Di rumah, karena lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah.	Setiap di rumah karena jarang berkomunikasi dengan anaknya.	Karena istrinya sudah meninggal dan jarang berkomunikasi dengan anak.	Anaknya.	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt.
SM	SM merasa kesepian karena tinggal sendiri dan istrinya sudah meninggal.	Di rumah, karena lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah.	Ketika SM mengingat istrinya yang sudah meninggal.	Karena istrinya sudah meninggal dan SM tinggal di rumah sendiri.	Anaknya dan teman pengajian.	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt dan menjenguk anaknya ketika SM mempunyai uang.
SB	SB merasa kesepian karena SB sudah tidak memiliki kegiatan sehari-hari.	Di rumah, karena lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah.	SB merasa kesepian ketika di rumah tidak memiliki kegiatan.	Karena aktivitas sehari-hari dihabiskan bersama dengan keluarga tanpa ada kegiatan yang lain.	Istri dan anak-anaknya.	Berkomunikasi dengan keluarga dan menghabiskan lebih banyak waktu dengan keluarga.
IY	IY merasa kesepian karena suaminya sudah meninggal dan tidak ada teman di rumah.	Di rumah, karena lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah.	IY merasa sepi ketika terjadi hujan besar karena IY di rumah sendiri.	Karena tinggal di rumah sendiri.	Cucunya.	Mengajak cucu bermain, zikir, atau istirahat di rumah.

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2019

Berdasarkan matriks 4.2 dapat disimpulkan bahwa secara umum ketiga lansia merasa kesepian karena pasangannya telah meninggal. Hal ini sesuai dengan salah satu jenis tipe kesepian menurut Sears et al dalam buku Psikologi Sosial Jilid 1 (2006), yaitu kesepian emosional. Ketiga lansia mengalami kesepian emosional ditunjukkan dengan adanya perasaan kesepian karena kehilangan sosok terdekat yang selalu memberikan rasa cinta dan kasih sayang terhadap individu, yaitu kehilangan pasangan hidup. Ketiga lansia juga merasa kesepian karena tinggal sendiri di rumah dan jarang berkomunikasi dengan anaknya. Hal tersebut memperkuat adanya kesepian emosional karena tidak adanya figur kasih sayang yang intim, seperti keluarga.

Sementara itu, satu lansia lainnya, yaitu SB tidak terlalu merasa kesepian karena masih tinggal bersama istri dan anaknya. Walaupun demikian, SB terkadang merasa kesepian karena sudah tidak memiliki kegiatan sehari-hari selain di rumah dengan keluarga. Hal ini sesuai dengan salah satu jenis tipe kesepian menurut Sears et al dalam buku Psikologi Sosial Jilid 1 (2006), yaitu kesepian sosial. SB mengalami kesepian sosial kurangnya suatu komunikasi dan kedekatan sosial dengan lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Hal tersebut ditunjukkan dengan SB yang tidak mengikuti kegiatan lain di lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

3. Faktor-faktor yang Menjadi Pencetus Adanya Kesepian Pada Lanjut Usia

Pembahasan ini mendeskripsikan analisis hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang menjadi pencetus adanya kesepian pada lanjut usia. Surbakti (2013) menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan lanjut usia merasa kesepian, yaitu kesepian karena berpisah dengan teman-

teman, kesendirian, kehilangan teman, kehilangan pendapatan, ketergantungan, kesepian, sulit menerima perubahan, merasa kurang dihormati, dan ketinggalan zaman.

Matriks 4.3 Faktor – Faktor yang Menjadi Pencetus Adanya Kesepian Pada Lanjut Usia

Lansia	Faktor-faktor yang Menjadi Pencetus Adanya Kesepian Pada Lanjut Usia
AS	Istri AS sudah meninggal dan jarang berkomunikasi dengan anaknya, meskipun AS tinggal serumah dengan anaknya. Anak AS sibuk bekerja sehingga AS jarang bertemu dengan anaknya dan jarang berkomunikasi dengan anaknya.
SM	Istri SM sudah meninggal dan SM tinggal di rumah sendiri. SM tidak tinggal dengan anaknya dan anaknya jarang menjenguk SM sehingga SM lebih sering merasa kesepian.
SB	SB sudah tidak bekerja dan tidak mengikuti kegiatan yang ada di masyarakat. SB menghabiskan waktu sehari-hari dengan keluarga, melakukan aktivitas sehari-hari bersama keluarga secara terus-menerus tanpa ada kegiatan yang lain.
IY	IY tinggal di rumah sendiri dan tidak ada seseorang yang menemani. Y lebih merasa kesepian ketika terjadi hujan yang besar dan sendirian di rumah.

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2019

Berdasarkan matriks 4.3 dapat disimpulkan bahwa masing-masing lansia memiliki pernyataan yang berbeda mengenai faktor-faktor yang menjadi pencetus adanya kesepian pada lanjut usia. Secara umum, faktor-faktor yang menjadi pencetus adanya kesepian yang dialami ketiga lansia adalah kehilangan pasangan, tinggal sendiri, jarang bertemu dengan orang lain terutama dengan keluarganya, dan jarang berkomunikasi dengan orang lain terutama dengan keluarganya. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Surbakti (2013) yang menjelaskan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan lanjut usia merasa kesepian adalah karena berpisah dengan teman-teman, kesendirian, dan kehilangan teman. Ketiga lansia merasakan kesepian karena kehilangan pasangan hidupnya yang telah meninggal dunia. Selain itu ketiga lansia merasakan kesepian karena kesendiriannya, ditunjukkan dengan ketiga lansia yang tinggal sendiri, jarang bertemu dengan keluarganya, dan jarang berkomunikasi dengan keluarganya.

Sementara itu, faktor-faktor yang menjadi pencetus adanya kesepian yang dialami lanjut usia lainnya adalah karena lanjut usia tidak memiliki kegiatan lain di lingkungan masyarakat dan waktu sehari-hari dihabiskan dengan keluarga, melakukan aktivitas sehari-hari bersama keluarga secara terus-menerus. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Surbakti (2013) yang menjelaskan bahwa faktor yang menyebabkan lanjut usia merasa kesepian adalah karena berpisah dengan teman-teman. Salah satu lansia tidak memiliki teman di lingkungan sekitar tempat tinggalnya, sehingga lansia tersebut tidak memiliki kegiatan lain selain kegiatan sehari-hari bersama keluarga di dalam rumah.

4. Coping Strategy Lanjut Usia dalam Mengatasi Kesepian

Pembahasan ini mendeskripsikan analisis hasil penelitian mengenai *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian. Miller dalam Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa

coping strategy adalah perilaku seseorang atau individu dalam upaya mengatasi permasalahan yang mereka rasakan untuk membantu kelangsungan hidup dalam menghadapi bahaya yang mengancam individu.

Berikut merupakan *coping strategy* yang dilakukan lansia dalam mengatasi kesepian.

Matriks 4.4 *Coping Strategy* Lanjut Usia dalam Mengatasi Kesepian

Lansia	Bentuk <i>Coping Strategy</i>	Tempat Melakukan <i>Coping Strategy</i>	Waktu Melakukan <i>Coping Strategy</i>	Pentingnya Melakukan <i>Coping Strategy</i>	Pihak yang Terlibat dalam Melakukan <i>Coping Strategy</i>	Cara Melakukan <i>Coping Strategy</i>
AS	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt.	Di dalam rumah.	Ketika mengingat pasangan yang telah meninggalkan jarang berkomunikasi dengan keluarga.	Agar lanjut usia tidak mengalami stres atau terlalu banyak pikiran.	Anaknya.	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt dengan berzikir dan membaca Alquran.
SM	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt, menonton TV, dan menjenguk anaknya.	Di dalam rumah, di lingkungan tempat tinggal, di rumah anaknya.	Ketika mengingat pasangan yang telah meninggal, tinggal sendiri di rumah, dan jarang berkomunikasi dengan keluarga.	Agar lanjut usia tidak mengalami stres atau terlalu banyak pikiran.	Anaknya dan masyarakat sekitar tempat tinggalnya.	Memperbanyak beribadah kepada Allah Swt dengan berzikir, membaca Alquran, dan mengikuti pengajian di lingkungannya.
SE	Lebih banyak berkomunikasi dengan keluarga dan menghabiskan lebih banyak waktu dengan keluarga.	Di dalam rumah.	Ketika tidak memiliki kegiatan lain	Agar lanjut usia tidak mengalami stres atau terlalu banyak pikiran.	Istri dan anaknya.	Memperbanyak berkomunikasi dengan keluarga dan menghabiskan lebih banyak waktu dengan keluarga.
IY	Mengajak cucu bermain, memperbanyak beribadah kepada Allah Swt, dan istirahat di rumah.	Di dalam rumah dan di lingkungan tempat tinggal.	Ketika mengingat pasangan yang telah meninggal, tinggal sendiri di rumah, dan jarang berkomunikasi dengan keluarga.	Agar lanjut usia tidak mengalami stres atau terlalu banyak pikiran.	Cucunya.	Mengajak cucu bermain, memperbanyak beribadah kepada Allah Swt dengan zikir, atau hanya sekedar beristirahat di rumah sendirian.

Sumber: Hasil Penelitian Tahun 2019

Berdasarkan matriks 4.4 dapat disimpulkan bahwa masing-masing lanjut usia memiliki bentuk *coping strategy* yang berbeda dalam mengatasi kesepian. Beberapa lanjut usia mengatasi kesepian dengan mengunjungi rumah anak, mengajak cucu bermain, berkomunikasi dengan keluarga, menonton TV, sampai dengan hanya beristirahat di rumah. Hal tersebut sesuai dengan salah satu bentuk *coping strategy* menurut Santrock (2003), yaitu *approach strategies*. *Approach strategies* adalah usaha kognitif untuk memahami penyebab stres dan usaha untuk menghadapi penyebab stres tersebut dengan cara menghadapi penyebab stres tersebut atau konsekuensi yang ditimbulkannya secara langsung. Keempat lansiaberusaha menghadapi penyebab kesepian dengan melakukan berbagai kegiatan seperti mengunjungi rumah anak, mengajak cucu bermain, berkomunikasi dengan keluarga, menonton TV, sampai dengan hanya beristirahat di rumah.

Secara umum, seluruh lansia memilih untuk memperbanyak beribadah kepada Allah Swt sebagai bentuk *coping strategy* dalam mengatasi kesepian. Hal tersebut sesuai dengan salah satu kebutuhan lanjut usia menurut Setiati (2000), yaitu kebutuhan spiritual. Kebutuhan spiritual (*spiritual needs*) pada lanjut usia merupakan kebutuhan yang berkaitan dengan keyakinan

terhadap Tuhan Yang Maha Esa untuk menjalankan ibadah sesuai dengan keyakinan masing-masing. Seluruh lansia lebih memperbanyak menjalankan ibadah dalam mengatasi kesepian, yaitu dengan cara membaca Al-qur'an, zikir, dan mengikuti kegiatan pengajian di lingkungan tempat tinggal.

Secara umum, seluruh lansia melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian di dalam rumah. Hal tersebut terjadi karena lansia lebih banyak melakukan kegiatan di dalam rumah daripada di luar rumah. Kegiatan di luar rumah hanya dilakukan ketika mengunjungi rumah anak, mengajak bermain cucu, sampai dengan mengikuti kegiatan pengajian di lingkungan tempat tinggal. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pihak yang terlibat dalam melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian adalah keluarga lanjut usia dan masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia.

Walaupun demikian, keempat lansia menyatakan bahwa masih memiliki hambatan dalam bertemu dengan keluarganya, baik itu anak ataupun cucunya, sehingga lansia mengalami kesepian. Hal tersebut menunjukkan adanya salah satu faktor yang mempengaruhi *coping strategy* pada individu menurut Mutadin (2002) yang kurang terpenuhi, yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial tersebut, meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya. Keempat lansia kurang mendapatkan dukungan pemenuhan kebutuhan emosional dari keluarganya, dalam hal ini anak dan cucunya. Hal tersebut dapat dilihat dari keempat lansia yang tinggal sendiri, jarang bertemu dengan keluarga, serta jarang berkomunikasi dengan keluarga, sehingga lansia merasakan kesepian.

Keempat lansia juga kurang terlibat dalam kegiatan di lingkungan sekitar tempat tinggalnya, sehingga lansia masih mengalami kesepian. Hal tersebut menyebabkan salah satu kebutuhan lanjut usia menurut Setiati (2000) kurang terpenuhi, yaitu kebutuhan sosial. Kebutuhan sosial (*social needs*) pada lanjut usia merupakan kebutuhan untuk berelasi atau berhubungan dengan orang lain, seperti keikutsertaan dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan. Keempat lansia kurang dilibatkan dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan dan tidak ikut serta dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan, sehingga lansia mengalami kesepian karena kesehariannya hanya dihabiskan di dalam rumah tanpa ada kegiatan lain.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian tentang *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung, dapat dikatakan bahwa lanjut usia telah melakukan berbagai kegiatan sebagai bentuk *coping strategy* dalam mengatasi kesepian. Akan tetapi, masih terdapat beberapa permasalahan yang harus ditangani agar *coping strategy* yang dilakukan dapat berjalan dengan maksimal, yaitu:

1. Kurang terpenuhinya kebutuhan psikis atau *emotional needs* yang menyangkut aspek perasaan (*afeksi*) yang dialami dalam keadaan sadar secara subjektif untuk dicintai sehingga mereka diakui keberadaannya. Hal ini ditunjukkan dari kondisi lanjut usia yang kurang bertemu dengan keluarganya dan kurang berkomunikasi dengan keluarganya.
2. Kurang terpenuhinya kebutuhan sosial atau *social needs* yang menyangkut kebutuhan untuk berelasi atau berhubungan dengan orang lain, seperti keikutsertaan dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan. Hal ini ditunjukkan dari kondisi lanjut usia yang kurang terlibat dalam

kegiatan kemasyarakatan, sehingga lanjut usia menghabiskan waktu di dalam rumah tanpa ada kegiatan lain.

3. Kurang adanya dukungan dari keluarga dalam upaya *coping strategy* yang dilakukan lanjut usia dalam mengatasi kesepian. Hal ini ditunjukkan dari kondisi keluarga, terutama anak dan cucu lanjut usia yang kurang mempunyai waktu untuk bertemu dan berkomunikasi dengan lanjut usia, sehingga lanjut usia melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian sendiri.

Kurang adanya dukungan dari masyarakat dalam upaya *coping strategy* yang dilakukan lanjut usia dalam mengatasi kesepian. Hal ini ditunjukkan dari kurangnya inisiatif masyarakat lingkungan sekitar tempat tinggal untuk melibatkan lanjut usia dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan, sehingga lanjut usia lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah tanpa ada kegiatan lain.

Berdasarkan analisis permasalahan pada *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung, peneliti melakukan analisis kebutuhan untuk menangani permasalahan tersebut. Berikut merupakan kebutuhan-kebutuhan untuk menangani permasalahan pada *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian:

1. Memenuhi kebutuhan psikis atau *emotional needs* pada lanjut usia yang menyangkut aspek perasaan (*afeksi*) yang dialami dalam keadaan sadar secara subjektif untuk dicintai sehingga mereka diakui keberadaannya.
2. Memenuhi kebutuhan sosial atau *social needs* pada lanjut usia yang menyangkut kebutuhan untuk berelasi atau berhubungan dengan orang lain, seperti keikutsertaan dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan.
3. Meningkatkan dukungan dari keluarga dalam upaya *coping strategy* yang dilakukan lanjut usia dalam mengatasi kesepian.

Meningkatkan dukungan dari masyarakat dalam upaya *coping strategy* yang dilakukan lanjut usia dalam mengatasi kesepian.

Dalam rangka menangani permasalahan pada *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung, maka diperlukan analisis sistem sumber yang dapat dioptimalkan untuk menangani permasalahan yang ada. Analisis sistem sumber yang digunakan pada penelitian ini, mengacu pada konsep sistem sumber menurut Siporin (dalam Suharto, 1997). Siporin (dalam Suharto, 1997) menyatakan bahwa sistem sumber dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu sistem sumber internal dan sistem sumber eksternal. Sistem sumber internal merupakan sistem sumber yang berada pada klien sendiri, sedangkan sistem sumber eksternal adalah sistem sumber yang berada di luar diri klien seperti harta, kekayaan, prestise, pekerjaan tetap, saudara yang kaya, dan teman yang mempengaruhi. Berikut merupakan analisis sistem sumber yang dapat dioptimalkan untuk mengatasi permasalahan pada *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung.

Sistem sumber internal berasal dari diri lanjut usia sendiri, yaitu adanya keinginan dari lanjut usia untuk bertemu dengan keluarga dan berkomunikasi dengan keluarga, serta adanya keinginan dari lanjut usia untuk mengikuti kegiatan-kegiatan kemasyarakatan. Adanya keinginan tersebut, dapat menggerakkan hati lanjut usia untuk terus melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian yang melibatkan orang lain, terutama keluarga dan masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia.

Sistem sumber eksternal yang dapat dioptimalkan untuk mengatasi masalah pada *coping strategy* lanjut usia dalam mengatasi kesepian adalah sebagai berikut:

1. Keluarga lanjut usia, dalam hal ini anak dan cucu lanjut usia yang dapat terlibat untuk membantu lanjut usia dalam melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian.
2. Masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia, yang dapat melibatkan lanjut usia dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan.

Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung, sebagai sekolah tinggi di lingkungan Kementerian Sosial Republik Indonesia yang dapat memberikan kegiatan-kegiatan baik secara langsung kepada lanjut usia atau kepada keluarga dan masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia mengenai pentingnya dukungan kepada lanjut usia dalam mengatasi kesepian.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

1. Kesimpulan

Lansia melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian di dalam rumah. Hal tersebut terjadi karena lansia lebih banyak melakukan kegiatan di dalam rumah daripada di luar rumah. Kegiatan di luar rumah hanya dilakukan ketika mengunjungi rumah anak, mengajak bermain cucu, sampai dengan mengikuti kegiatan pengajian di lingkungan tempat tinggal. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pihak yang terlibat dalam melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian adalah keluarga lanjut usia dan masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia.

2. Saran

- a. Keluarga lanjut usia, dalam hal ini anak dan cucu lanjut usia yang dapat terlibat untuk membantu lanjut usia dalam melakukan *coping strategy* dalam mengatasi kesepian.
- b. Masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia, yang dapat melibatkan lanjut usia dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan.
- c. Perlu penelitian lanjutan oleh peneliti yang lain.

Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung, sebagai sekolah tinggi di lingkungan Kementerian Sosial Republik Indonesia yang dapat memberikan kegiatan-kegiatan baik secara langsung kepada lanjut usia atau kepada keluarga dan masyarakat sekitar tempat tinggal lanjut usia mengenai pentingnya dukungan kepada lanjut usia dalam mengatasi kesepian

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya saya sampaikan kepada Direktur Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung, dan Pusat Penelitian yang telah mengijikan dan memfasilitasi untuk terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Gierveld, Jenny de Jong and Tilburg, Theo Van. (1990). *Loneliness and Social Isolation*.
Hurlock, Elizabeth. (1990). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
Lake, T. (1986). *Kesepian*. Jakarta: Kanisius.
Lazarus, Richard and Folkman, Susan. (1984). *Stress Appraisal and Coping*. Springer Publishing Company.

- Lexy, Moleong. (2006). Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Papalia. (2008). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Perlman, Daniel and Peplau, Letitia Anne. (1982). Toward a Social Psychology of Loneliness. Safaria. (2012). Manajemen Emosi. Jakarta: Bumi Aksara.
- Santrock, John. (2003). Masalah Emosional, Stres, dan Coping. Jakarta: Erlangga.
- Sears, David et al. (2006). Psikologi Sosial. Jakarta: Erlangga.
- Surbakti. (2013). Menata Kehidupan Pada Lanjut Usia. Praninta Aksara.
- Todi Lalenoh. (1996). Lanjut Usia dan Usia Lanjut. Bandung: STKS Bandung Press.
- Bahan Lain:
- UU No. 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia