

# Hubungan Karakteristik Demografi Dengan Tingkat Kesepian (*Loneliness*) Pada Lansia Di Wilayah Nusa Tenggara Barat

Sri Yuliana<sup>1\*</sup>, Khariza Fadhila Syahnaz<sup>2</sup>, Muhd. Firmansyah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Jurusan keperawatan, poltekkes kemenkes bengkulu, Indonesia

<sup>2</sup>Jurusan Kebidanan, poltekkes kemenkes bengkulu,Indonesia

<sup>3</sup>Jurusan D4 Promosi Kesehatan Masyarakat, Politeknik Muhammad Dahlan

\*Corresponding Author E-mail: firman.harbun95@gmail.com

**Article History: Received: Agusts 12, 2025; Accepted: Oktober 20, 2025**

## ABSTRACT

Older adults experience specific problems and limitations, such as cognitive and physical health decline, reduced productive roles, changes in social status, decreased interpersonal support, and loss of health, which may lead to loneliness. This study aimed to examine the relationship between demographic characteristics and the level of loneliness among older adults in West Nusa Tenggara. A cross-sectional study design was employed, and the research was conducted at Posyandu Lansia in Rato Village, Lambu Subdistrict, Bima Region, West Nusa Tenggara, from May to July 2025. 52 respondents participated in this study. The UCLA Loneliness Scale was used to measure the level of loneliness. The results showed that gender (*p*-value = 0.006) and employment status (*p*-value = 0.004) were significantly associated with the level of loneliness among older adults. However, no statistically significant association was found between age and educational level with loneliness. Further studies are needed to strengthen these findings. In addition, greater attention from healthcare providers is expected to develop appropriate interventions to reduce loneliness among older adults.

**Keywords:** Demographic Characteristics, Older Adults, Loneliness

## ABSTRAK

Lansia mengalami masalah dan keterbatasan khusus seperti kemunduran kesehatan kognitif dan fisik, menjalani peran yang kurang produktif dan mengalami perubahan status sosial, penurunan dukungan interpersonal dan kehilangan kesehatan dan proses ini dapat menyebabkan kesepian (*Loneliness*). Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan karakteristik demografi lansia dengan tingkat kesepian (*Loneliness*) di Nusa Tenggara Barat. Desain penelitian yang digunakan adalah desain *cross-sectional*, penelitian dilakukan di Posyandu Lansia Desa Rato Kecamatan Lambu Kabupaten Bima NTB pada bulan Mei-Juli 2025 dengan 52 responden. Kuesioner yang digunakan untuk mengukur tingkat kesepian yaitu *UCLA Loneliness scale*. Hasil penelitian di dapatkan bahwa jenis kelamin (*p value*= 0.006) dan status pekerjaan (*p value*= 0.004) berhubungan dengan tingkat kesepian lansia. Namun, tidak terdapat hubungan secara statistik dengan umur dan tingkat pendidikan. Di perlukan studi lebih lanjut untuk memperkuat temuan yang ada. Serta diharapkan perhatian dari tenaga kesehatan terkait agar bisa memberikan intervensi terkait untuk menurunkan tingkat kesepian pada lansia.

Kata Kunci: Karakteristik demografi, lansia, kesepian, loneliness

## 1. PENDAHULUAN

Menurut Kemenkes (2024), Indonesia resmi memasuki fase *ageing population*. di mana proporsi penduduk lanjut usia (lansia) atau usia 60 tahun ke atas terus mengalami peningkatan signifikan. Hal ini tercermin dari hasil Sensus Penduduk Indonesia 2023 oleh Badan Pusat Statistik (BPS), yang mencatat bahwa hampir 12 persen dari total populasi atau sekitar 29 juta jiwa kini tergolong lansia, angka yang diproyeksikan akan melonjak menjadi 15-20 persen pada 2035 akibat penurunan angka kelahiran dan peningkatan harapan hidup.

Ketika seseorang memasuki usia lanjut, mereka mungkin mengalami masalah dan keterbatasan khusus seperti kemunduran kesehatan kognitif dan fisik, menjalani peran yang kurang produktif dan mengalami perubahan status sosial, penurunan dukungan interpersonal dan kehilangan kesehatan dan proses ini dapat menyebabkan kesepian (*Loneliness*). Menurut definisi, Kesepian merupakan pengalaman subjektif yang bersifat tidak menyenangkan yang muncul ketika jaringan hubungan sosial individu dinilai tidak memadai, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Kondisi ini mencerminkan kesadaran kognitif individu terhadap keterbatasan atau ketidakcukupan hubungan interpersonal dan sosial yang dimilikinya, yang selanjutnya dapat memicu berbagai respons emosional negatif, seperti perasaan sedih, hampa, kesepian emosional, maupun penyesalan (Arslantaş et al., 2015).

Berdasarkan data dari WHO (2025), sekitar 16% populasi lansia di dunia mengalami kesepian dan 1 dari 6 orang mengalami hal tersebut. Data dari hasil Survei Rumah Tangga (IFLS-5) di Indonesia, 11.2% lansia mengalami kesepian dalam kategori tinggi dan 88.8% lansia mengalami kesepian dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kesepian merupakan permasalahan psikososial yang cukup signifikan pada populasi lansia, baik secara global maupun nasional, sehingga memerlukan perhatian serius melalui upaya pencegahan dan intervensi yang komprehensif untuk meningkatkan kualitas hidup lansia (Asri et al., 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa karakteristik sosiodemografis serta status kesehatan fisik dan psikososial merupakan faktor-faktor yang signifikan dalam memengaruhi tingkat kesepian pada populasi lanjut usia. Secara spesifik, variabel sosiodemografis seperti usia, jenis kelamin, kondisi tempat tinggal, status perkawinan, status kesehatan, kualitas hubungan sosial, dan status keuangan terbukti memiliki korelasi yang kuat dengan prevalensi kesepian di kalangan lansia. Faktor-faktor ini berperan sebagai determinan sosial yang memengaruhi keterlibatan sosial, akses terhadap dukungan, serta kesejahteraan psikologis lansia, sehingga perlu dipertimbangkan dalam intervensi dan kebijakan kesehatan lanjut usia (Salari et al., 2025).

Lansia di daerah pedesaan umumnya tinggal sendiri atau hanya bersama anggota keluarga yang sibuk bekerja, sehingga mereka cenderung menghabiskan waktu sendiri dan minim berinteraksi secara sosial (Ferreira-Alves et al., 2014). Studi menunjukkan bahwa isolasi sosial dan tinggal sendiri merupakan faktor utama penyebab kesepian pada lansia, terutama di lingkungan pedesaan yang minim fasilitas sosial. Kondisi ini secara signifikan meningkatkan risiko kesepian dan dapat menurunkan kualitas hidup mereka, baik dari aspek fisik maupun psikologis (Berg-Weger & Morley, 2020)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh Peneliti terhadap 10 lansia di Desa Rato, Kecamatan Lambu, wilayah kerja Puskesmas Lambu, menunjukkan bahwa tingkat kesepian sangat memengaruhi kualitas hidup mereka. Dari hasil wawancara, ditemukan bahwa delapan dari sepuluh responden mengaku merasa sepi sejak suaminya meninggal dan anak-anaknya merantau, sehingga lebih banyak menghabiskan waktu sendiri di rumah. Beberapa lansia lain pun merasakan hal serupa meskipun tinggal bersama keluarga, karena kurangnya perhatian dari orang terdekat. Lansia yang aktif dalam kegiatan sosial seperti pengajian dan posyandu merasa lebih dihargai dan bahagia, sementara yang tidak aktif cenderung mengalami gangguan tidur, nafsu makan menurun, serta keluhan fisik dan mental.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesepian merupakan permasalahan psikososial yang signifikan pada lansia di wilayah pedesaan dan berkontribusi langsung terhadap penurunan kualitas hidup, baik secara fisik maupun psikologis. Oleh karena itu, diperlukan kajian ilmiah yang lebih mendalam untuk mengidentifikasi tingkat kesepian lansia serta faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kesepian lansia khususnya di Desa Rato, Kecamatan Lambu.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah desain *cross-sectional*, yang berarti data dikumpulkan hanya pada satu titik waktu atau dalam periode waktu yang singkat. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran hubungan antara variabel-variabel yang diteliti dalam populasi atau sampel pada saat tertentu. Penelitian dilakukan di Desa Rato, Kecamatan Lambu, Kabupaten Bima. Waktu penelitian berlangsung dari bulan Mei hingga Juli 2025. Teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling dengan kriteria inklusi sebagai berikut: (1) Lansia yang berusia  $\geq 60$  tahun; (2) Lansia yang dapat berkomunikasi dengan baik; (3) lansia yang bersedia menjadi responden penelitian. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 52 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner data

demografi pasien yang meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Tingkat kesepian lansia diukur dengan menggunakan kuesioner *UCLA Loneliness scale*. Kuesioner UCLA Loneliness scale memiliki reliability dan validity dalam kategori baik sekali (Nurdiani, 2013). Untuk menilai hubungan antara data demografi dengan tingkat kesepian lansia yaitu menggunakan *chi square test*. Penelitian ini telah mendapatkan "Kelayakan Etik/Ethical Clearance) dari Stikes Yahya Bima dengan nomor 326/EC/LEPK/STIKES-YB/VII/2025

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di posyandu lansia yang diadakan oleh puskesmas lambu pada bulan mei-agustus 2025. Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu 52 responden. Puskesmas lambu mengadakan posyandu lansia di 10 titik selama bulan mei-agustus 2025. Adapun data demografi responden dalam penelitian dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Data Demografi Responden

Data demografi	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Umur</i>		
60-65 Tahun	18	34.6
66-70 Tahun	18	34.6
> 70 Tahun	16	30.8
<i>Jenis kelamin</i>		
Laki-Laki	24	46.2
Perempuan	28	53.8
<i>Pendidikan</i>		
Tidak Sekolah	12	23.1
SD	22	42.3
SMP	15	28.8
SMA	2	3.8
Perguruan Tinggi	1	3.8
<i>Status Pekerjaan</i>		
Bekerja	29	55.8
Tidak Bekerja	23	44.2

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa karakteristik responden sebagian besar berada pada kelompok umur 60–65 tahun dan 66–70 tahun, masing-masing sebanyak 18 responden (34,6%), sedangkan kelompok umur >70 tahun berjumlah 16 responden (30,8%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 28 orang (53,8%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 24 orang (46,2%). Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) sebanyak 22 responden (42,3%), diikuti oleh responden dengan pendidikan SMP sebanyak 15 responden (28,8%).

Responden yang tidak pernah sekolah berjumlah 12 orang (23,1%), sedangkan yang berpendidikan SMA dan perguruan tinggi masing-masing hanya 2 responden (3,8%) dan 1 responden (3,8%). Berdasarkan status pekerjaan, sebagian besar responden bekerja, yaitu sebanyak 29 orang (55,8%), sementara responden yang tidak bekerja berjumlah 23 orang (44,2%).

Data hasil analisa bivariat hubungan antara karakteristik responden dengan tingkat kesepian responden dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Data Demografi Responden

Data demografi	Tingkat kesepian		P value
	Rendah Jumlah (f)	Tinggi Jumlah (f)	
<i>Umur</i>			
60-65 Tahun	6 (11.5%)	12 (23.1%)	0.958
66-70 Tahun	6 (11.5%)	12 (23.1%)	
> 70 Tahun	6 (11.5%)	10 (11.2%)	
<i>Jenis kelamin</i>			
Laki-Laki	13 (25.0%)	11 (21.2%)	0.006
Perempuan	5 (9.6%)	23 (44.2%)	
<i>Pendidikan</i>			
Tidak Sekolah	3 (5.8%)	9 (17.3%)	0.494
SD	9 (17.3%)	13 (25.0%)	
SMP	4 (7.7%)	11 (21.2%)	
SMA	1 (1.9%)	1 (1.9%)	
<i>Perguruan Tinggi</i>			
	1 (1.9%)	0 (0%)	
<i>Status Pekerjaan</i>			
Bekerja	15 (28.8)	14 (26.9%)	0.004
Tidak Bekerja	3 (5.8%)	20 (38.5)	

$\alpha=0.05$

Tabel 2 menyajikan distribusi karakteristik demografi responden berdasarkan tingkat kesepian. Berdasarkan kelompok umur, sebagian besar responden berada pada rentang usia 60–65 tahun dan 66–70 tahun dengan distribusi tingkat kesepian yang relatif serupa antara kategori rendah dan tinggi. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p value lebih besar dari  $\alpha$  (0,05), sehingga tidak terdapat hubungan antara umur dan tingkat kesepian ( $p = 0,958$ ).

Berdasarkan jenis kelamin, responden perempuan lebih banyak berada pada kategori kesepian tinggi dibandingkan responden laki-laki. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p value lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05), sehingga terdapat hubungan antara jenis kelamin dan tingkat kesepian ( $p = 0,006$ ).

Ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SD dan SMP. Secara deskriptif, responden dengan pendidikan rendah lebih banyak berada pada kategori kesepian tinggi, namun hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p value lebih besar dari  $\alpha$  (0,05), sehingga tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dan tingkat kesepian ( $p = 0,494$ ).

Berdasarkan status pekerjaan, responden yang tidak bekerja cenderung lebih banyak mengalami kesepian tingkat tinggi dibandingkan responden yang bekerja. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p value lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05), sehingga terdapat hubungan antara status pekerjaan dan tingkat kesepian ( $p = 0,004$ ).

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dan status pekerjaan terhadap tingkat kesepian lansia di desa rato kecamatan lambu kabupaten bima. Namun, hasil penelitian sebaliknya di dapatkan pada variabel umur dan tingkat pendidikan, bahwa tidak terdapat hubungan antara dua variabel tersebut dengan tingkat kesepian responden penelitian.

Penelitian sebelum nya yang di lakukan oleh Rizki (2019) menyebutkan bahwa tingkat kesepian lansia perempuan lebih besar dibandingkan lansia laki-laki. Perempuan cenderung memiliki kebutuhan emosional yang lebih tinggi terhadap hubungan interpersonal, sehingga ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, risiko kesepian menjadi lebih besar. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa perempuan lansia lebih rentan mengalami kesepian akibat perubahan peran sosial, kehilangan pasangan hidup, serta keterbatasan aktivitas sosial di usia lanjut. Selain itu, perempuan cenderung memiliki kebutuhan emosional yang lebih tinggi terhadap hubungan interpersonal, sehingga ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, risiko kesepian menjadi lebih besar (Nicolaisen & Thorsen, 2024; Resmonicasari et al., 2023).

Berdasarkan status pekerjaan, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara status pekerjaan dan tingkat kesepian, di mana lansia yang tidak bekerja lebih banyak mengalami kesepian tingkat tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas kerja atau aktivitas produktif lainnya dapat membantu lansia mempertahankan interaksi sosial, rasa memiliki peran, serta makna hidup Lansia yang tidak memiliki aktivitas kerja cenderung mengalami penurunan interaksi sosial, sehingga lebih berisiko mengalami kesepian. Tingkat kesepian lansia juga erat kaitannya dengan isolasi sosial. Pasien yang mengalami isolasi sosial, dalam hal ini tidak berinteraksi dengan lingkungan sekitar ataupun tidak bekerja cenderung mengalami tingkat kesepian yang tinggi dan dapat

memunculkan masalah kesehatan, antara lain penyakit jantung, depresi dan lain lain (Berg-Weger & Morley, 2020).

Ditinjau dari tingkat pendidikan dan umur, hasil penelitian menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dan umur dengan tingkat kesepian lansia di Desa Rato Kecamatan Lambu NTB. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Susanty et al. (2022) dan Zakaria et al. (2024) yang melaporkan bahwa usia dan tingkat pendidikan berasosiasi dengan kesepian lansia pada populasi tertentu. Perbedaan hasil ini diduga dipengaruhi oleh kondisi sosial budaya setempat, di mana interaksi sosial dan nilai kebersamaan masyarakat masih cukup kuat sehingga faktor demografis tidak berperan signifikan. Meskipun tidak terdapat hubungan yang bermakna, tingkat kesepian lansia kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain di luar umur dan pendidikan. Penelitian Resna et al. (2022) menunjukkan bahwa kualitas hubungan sosial, dukungan keluarga, dan keterlibatan dalam aktivitas sosial memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap kesepian lansia. Oleh karena itu, upaya penurunan kesepian pada lansia perlu difokuskan pada penguatan dukungan sosial dan peran keluarga.

#### 4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa jenis kelamin dan status pekerjaan berhubungan dengan tingkat kesepian lansia. Namun, tidak terdapat hubungan secara statistik dengan umur dan tingkat pendidikan. Hal ini di perlukan studi lebih lanjut untuk memperkuat temuan yang ada. Serta diharapkan perhatian dari tenaga kesehatan terkait agar bisa memberikan intervensi terkait untuk menurunkan tingkat kesepian pada lansia

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arslantaş, H., Adana, F., Ergin, F. A., Kayar, D., & Acar, G. (2015). Loneliness in elderly people, associated factors and its correlation with quality of life: A field study from Western Turkey. *Iranian journal of public health*, 44(1), 43.
- Asri, Y., Hartono, A., Murwani, A., Julia Kristiarini, J., & B Manga, Y. (2025). Prevalence and associated factors of loneliness among older adults in Indonesia: insights from the Indonesian family life survey (ifls-5).
- Berg-Weger, M., & Morley, J. E. (2020). Loneliness in old age: An unaddressed health problem. *The journal of nutrition, health & aging*, 24(3), 243-245.

- Ferreira-Alves, J., Magalhães, P., Viola, L., & Simoes, R. (2014). Loneliness in middle and old age: Demographics, perceived health, and social satisfaction as predictors. *Archives of gerontology and geriatrics*, 59(3), 613-623.
- Kemenkes. (2024). *Indonesia Siapkan Lansia Aktif dan Produktif*. Kemenkes Retrieved 14 Desember from
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2024). Gender differences in loneliness over time: A 15-year longitudinal study of men and women in the second part of life. *The International Journal of Aging and Human Development*, 98(1), 103-132.
- Nurdiani, A. F. (2013). Uji validitas konstruk UCLA loneliness scale version 3. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(8), 499-503.
- Resmonicasari, K., Indrayana, S., Putri, T. I. Y. L., & Mulyanti, M. (2023). Pengaruh storytelling terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja puskesmas sewon 1. *Borobudur Nursing Review*, 3(1), 1-10.
- Resna, R. W., Nofiantoro, W., Iskandar, R., Ashbahna, D. M., & Susilawati, S. (2022). Social environment support to overcome loneliness among older adults: a scoping review. *Belitung nursing journal*, 8(3), 197.
- Rizki, F. (2019). *Perbedaan Kesepian Pada Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin di Kota Banda Aceh UIN Ar-Raniry*.
- Salari, N., Najafi, H., Rasoulpoor, S., Canbary, Z., Heidarian, P., & Mohammadi, M. (2025). The global prevalence and associated factors of loneliness in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Humanities and Social Sciences Communications*, 12(1), 1-24.
- Susanty, S., Chung, M.-H., Chiu, H.-Y., Chi, M.-J., Hu, S. H., Kuo, C.-L., & Chuang, Y.-H. (2022). Prevalence of loneliness and associated factors among community-dwelling older adults in Indonesia: A cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 19(8), 4911.
- WHO. (2025). *Social Isolation and Loneliness*. WHO. <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/social-isolation-and-loneliness>
- Zakaria, S. S., Jaafar, S. N. I., Hatta, N. N. K. N. M., Hasan, M. K. C., Jang, N. S. B., & Susanti, H. (2024). Associated Factors of Loneliness Among Community Dwelling Older People At East Coast, Malaysia. *Community Practitioner*, 21(3), 297-307.