

Gambaran Dukungan Teman Sebaya Pada Lansia Di Griya Lansia

Hudzaifah Al Fatih, Tita Puspita Ningrum²

¹Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, ns_fatih@yahoo.com

²Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, tita@ars.ac.id

Correspondence : ns_fatih@yahoo.com

ABSTRAK

Kesepian merupakan masalah psikologis yang sering dialami lansia, terutama mereka yang tinggal di panti sosial. Keterbatasan interaksi dan minimalnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko kesepian yang berdampak negatif terhadap kesehatan mental maupun fisik, seperti penurunan kualitas hidup, depresi, kecemasan, stres, gangguan tidur, hipertensi, hingga penyakit kardiovaskular. Berbagai faktor dapat mempengaruhi tingkat kesetaraan, antara lain usia, jenis kelamin, status perkawinan, status sosial ekonomi, serta dukungan sosial teman sebaya. Di antara faktor-faktor tersebut, dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam menurunkan kesepian karena melalui interaksi positif lansia dapat merasa dihargai, diperhatikan, dan memiliki makna sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gambaran dukungan sosial teman sebaya pada lansia di panti sosial. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 160 lansia di Balai Perlindungan Tresna Werdha Ciparay Kabupaten Bandung, dengan sampel 71 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan Social Provisions Scale (SPS) untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya dan UCLA Loneliness Scale untuk mengukur tingkat kesetaraan. Analisis data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami kesetaraan tinggi (71,8%) dan memiliki dukungan sosial teman sebaya rendah (94,4%). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak panti sosial untuk merancang program intervensi yang fokus pada peningkatan interaksi antar penghuni, seperti kegiatan kelompok dan penguatan dukungan sebaya, guna menjaga kesehatan mental lansia.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Lansia, Teman Sebaya.

ABSTRACT

Loneliness is a psychological problem often experienced by the elderly, especially those living in social institutions. Limited interaction and minimal social support can increase the risk of loneliness, which negatively impacts mental and physical health, such as decreased quality of life, depression, anxiety, stress, sleep disorders, hypertension, and cardiovascular disease. Various factors can influence the level of equality, including age, gender, marital status, socioeconomic status, and peer social support. Among these factors, peer support plays a crucial role in reducing loneliness because through positive interactions, the elderly can feel valued, cared for, and have social meaning. This study aims to analyze the description of peer social support among the elderly in social institutions. The research design used a quantitative descriptive method with a cross-sectional approach. The study population was 160 elderly at the Ciparay Werdha Protection Center in Bandung Regency, with a sample of 71 respondents selected through purposive sampling. The research instrument used the Social Provisions Scale (SPS) to measure peer social support and the UCLA Loneliness Scale to measure the level of equality. Data analysis was conducted univariately. The results showed that the majority of respondents experienced high levels of equality (71.8%) and low levels of peer social support (94.4%). These findings are expected to provide input for social care institutions in designing intervention programs focused on increasing interaction between residents, such as group activities and strengthening peer support, to maintain the mental health of the elderly.

Keywords: Social Support, Elderly, Peers.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (2024), jumlah lansia di dunia terus meningkat pesat. Pada tahun 2020, ada sekitar 1 miliar orang berusia 60 tahun ke atas, dan diperkirakan akan naik menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030 kenaikan sekitar 40% dalam 10 tahun, atau rata-rata 4% per tahun. Pada tahun 2050, jumlah ini diprediksi mencapai 2,1 miliar, lebih dari dua kali lipat dalam 30 tahun. Selain itu, populasi lansia usia 80 tahun ke atas juga akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050, mencapai 426 juta orang.

Menurut Badan Pusat statistik, (2023) data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Maret (2023) menunjukkan bahwa 11,75% dari total penduduk Indonesia adalah lansia. Proyeksi penduduk Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan rasio lansia sebesar 17,08, yang berarti setiap 100 orang usia produktif (15-59 tahun) menanggung sekitar 17 lansia. Data demografi menunjukkan bahwa sejak tahun 2021, Indonesia telah memasuki fase struktur penduduk tua atau *ageing population*, dengan sekitar 1 dari 10 penduduk merupakan lansia.

Di Jawa Barat sendiri, persentase lansia yaitu 11,53%, menjadikannya sebagai salah satu daerah dengan proporsi lansia tertinggi di Indonesia, setelah Yogyakarta, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Sementara itu, (Dinas Komunikasi Dan Informatika Kota Bandung, 2023)mencatat bahwa jumlah lansia di kota Bandung mencapai sekitar 880.000 orang. Data populasi lansia ini menunjukkan bahwa jumlah individu dalam kelompok usia ini terus meningkat, yang menimbulkan berbagai tantangan dalam hal kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Kesepian sendiri dapat dipahami sebagai perasaan terasing atau terputus dari orang lain, ditandai dengan minimnya kedekatan emosional serta

ketiadaan tempat berbagi cerita atau perasaan (CDC, 2024). Lansia yang kesepian biasanya merasa tersisih dari lingkungan, kurang mendapat perhatian dari orang sekitar, terputus dari hubungan sosial, bahkan hidup seorang diri tanpa pilihan lain (Ginting, 2019). Dampak kesetaraan ini tidak hanya terbatas pada aspek emosional, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan kualitas hidup lansia secara menyeluruh (Soetjiningsih, 2024; Muchsin et al., 2023).

Menurut (Tanzil et al., 2022; Rifai et al., 2024; Ningsih & Afrinaldi, 2023; Sagita K, 2024). Menyebutkan ciri-ciri orang yang mengalami kesepian diantaranya, sering kali merasa tidak berharga dan tidak layak dicintai. Mereka cenderung menilai orang lain dengan cara yang negatif dibandingkan dengan yang tidak merasa kesepian. Selain itu, mereka mungkin tidak menyukai atau mempercayai orang lain, serta cenderung menafsirkan tindakan dan niat orang lain

Secara negatif. Hal ini membuat mereka lebih cenderung menahan diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Berdasarkan data BKKBN tahun (2024), kesepian memiliki dampak besar terhadap kesehatan mental dan fisik lansia, di mana sekitar 64,4 persen lansia terutama perempuan dan yang berusia di atas 80 tahun mengalami depresi yang disebabkan oleh keterbatasan fisik dan hilangnya hubungan sosial, sehingga menimbulkan perasaan putus asa, rendah diri, terasing, bahkan merasa tidak dihargai dan diabaikan selain itu, kesepian juga dapat memicu kecemasan berat dan mempercepat penurunan kondisi fisik, seperti meningkatnya risiko tekanan darah tinggi dan penyakit jantung, serta menurunnya kualitas hidup karena lansia merasa kehilangan makna dalam kehidupannya (Rifai et al., 2024; Ningsih & Afrinaldi, 2023; Sagita K, 2024).

Menurut penelitian yang

dilakukan oleh (Zhang et al., 2023), kesepian pada lansia terbukti meningkatkan risiko depresi hampir dua kali lipat setelah enam bulan pengamatan ($IRR = 1,99$; $p = 0,019$). Kesepian yang berlangsung terus-menerus juga dapat mempengaruhi kondisi depresi dan isolasi sosial. Oleh karena itu, kesepian merupakan prediktor kuat terhadap masalah psikologis yang paling dominan dialami pada lansia. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesepian pada lansia diantaranya usia, jenis kelamin, status perkawinan, status sosial ekonomi, serta kurangnya dukungan sosial teman sebaya ((Putra Satria et al., 2022; Brehm 2000 dalam Qorinatul hasanah, 2022). Menurut Setiawan & Mariyati, (2023), dukungan sosial teman sebaya merupakan faktor paling dominan dibandingkan faktor lain. Dukungan sosial dari teman sebaya memiliki pengaruh dominan terhadap psikologis lansia di panti, dengan didapatkan hasil nilai $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin baik terhadap psikologis terutama kesepian yang dirasakan, dengan kontribusi sebesar 56,6%.

Dukungan sosial dari teman sebaya secara signifikan dapat mengurangi kesepian yang dialami lansia, interaksi positif dan hubungan yang erat dengan teman sebaya dapat membantu menciptakan perasaan keterikatan dan dukungan emosional yang sangat diperlukan membantu mereka merasa lebih terlibat dan dihargai dalam lingkungan komunitasnya (Resna et al., 2022). Minimnya dukungan sosial dari teman sebaya dapat memperburuk perasaan kesepian pada lansia. Teman sebaya berperan penting dalam membangun interaksi sosial yang hangat dan memberikan kenyamanan emosional. Tanpa adanya dukungan tersebut, lansia lebih rentan merasa terasing dari lingkungan sosialnya. Dukungan yang

diberikan, baik secara langsung melalui kebersamaan maupun secara tidak langsung melalui rasa dimengerti dan dihargai, berkontribusi terhadap penurunan kesepian. Menurut (Destriande et al., 2021), dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya mampu mengurangi tingkat kesepian, serta meningkatkan keseimbangan emosional secara keseluruhan.

Dukungan sosial didefinisikan sebagai interaksi interpersonal yang mencakup ungkapan afek positif, penguatan nilai dan keyakinan individu, serta penyediaan bantuan atau dukungan instrumental" Kahn & Antonucci, (1980) dalam (Khalaila & Vitman-Schorr, 2021). Dukungan merujuk pada bantuan atau sokongan yang diterima seseorang dari orang lain. Biasanya, dukungan sosial bersumber dari lingkungan sosial terdekat, seperti anggota keluarga, orang tua, dan teman sebaya (Hanifah et al., 2022).

Berdasarkan hasil studi literatur penelitian sebelumnya, menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kesepian pada lansia. Penelitian di Desa Barengkok, Bogor oleh Rahayu & Asmawati, (2024), menemukan korelasi positif yang kuat antara dukungan sosial dan kesepian dengan koefisien $-0,629$ dan $p = 0,000$, menunjukkan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi terkait dengan kesepian yang lebih rendah. Selanjutnya, penelitian longitudinal pada lansia dengan rata-rata usia 71 tahun melaporkan bahwa interaksi rutin dengan teman sebaya selama 24 bulan menurunkan skor kesepian sebesar 0,8 poin ($p = 0,015$) dan mengurangi depresi dari 38% menjadi 16% ($p < 0,001$) (Kotwal et al., 2021). Studi lain juga melaporkan korelasi negatif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesepian ($r = -0,54$, $p < 0,01$), memperkuat peran penting dukungan sebaya dalam mengurangi kesepian pada

lansia. Dengan demikian, dukungan sosial dari teman sebaya menjadi faktor dominan yang berkontribusi pada pengurangan kesepian dan peningkatan kesejahteraan psikologis lansia (Lai et al., 2020).

Namun, penelitian yang dilakukan oleh (Pospos et al., 2022) di Banda Aceh menunjukkan hasil yang berbeda, di mana tidak ditemukan hubungan signifikan antara dukungan sosial dan kesepian pada lansia. Hasil korelasi antara *Social Support Questionnaire Number* dan kesepian sebesar $r = -0,130$, serta antara *Social Support Questionnaire Satisfaction* dan kesepian sebesar $r = -0,101$, dengan $p > 0,05$, menandakan hubungan negatif tetapi tidak signifikan. Hal ini berarti dukungan sosial tidak memengaruhi tingkat kesepian lansia dalam studi tersebut.

Di luar temuan-temuan empiris tersebut, perbedaan budaya antara negara Barat dan Indonesia juga mempengaruhi cara pandang terhadap perawatan masyarakat lanjut usia, termasuk tinggal di panti. Di negara-negara barat, panti sosial diterima secara sosial sebagai pilihan perawatan profesional karena nilai kemandirian dan sistem kesejahteraan sosial yang kuat. Sebaliknya, di Indonesia, tinggal di panti masih kurang diterima karena norma kekeluargaan dan tanggung jawab merawat lansia di rumah lebih ditekankan (Sun et al., 2021). Di Indonesia, merawat lansia di panti dianggap bertentangan dengan norma sosial dan nilai agama yang menekankan tanggung jawab keluarga untuk menjaga orang tua di rumah. Stigma negatif seperti penelantaran sering melekat pada anak yang tidak merawat lansia secara langsung. Menteri Sosial Tri Rismaharini juga menegaskan bahwa perawatan lansia di panti bukan bagian dari budaya Indonesia, melainkan budaya asing yang kurang sesuai dengan nilai-nilai budaya (Lavenia,

2024). Hal ini menyebabkan lansia di Indonesia lebih banyak dirawat di lingkungan keluarga, sementara di negara-negara Barat, institusi perawatan menjadi pilihan yang umum. Tinggal di panti werdha sering dipilih sebagai alternatif yang dianggap mampu memberikan rasa aman dan kenyamanan emosional bagi lansia. Namun, keputusan ini kerap diiringi dengan munculnya perasaan kesepian akibat keterpisahan dari keluarga inti. Meskipun kebutuhan dasar terpenuhi dan tersedia teman sebaya serta beragam aktivitas sosial, kedekatan emosional dengan anak, cucu, maupun pasangan tetap sulit tergantikan. Berdasarkan data, sekitar 2,1 juta lansia hidup dalam kondisi terlantar dan lebih dari 1,8 juta berada pada kategori rentan WHO, (2019) dalam (Sirril Wafa & Tiara Diah Sosialita, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Ayu et al. (2022) juga melaporkan bahwa 76,1% lansia yang tinggal di panti mengalami kesepian, angka ini lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga (58,7%). Temuan ini menegaskan bahwa keberadaan di panti sosial tidak sepenuhnya menghilangkan risiko kesepian pada lansia.

Hasil pengamatan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werda Ciparay, Kabupaten Bandung, melibatkan 11 orang lansia sebagai sampel awal. Dari jumlah tersebut, 6 orang lansia yang menunjukkan tanda-tanda mengalami kesepian dengan menggunakan kuesioner. Gejala yang mereka sampaikan antara lain perasaan diabaikan oleh lingkungan sekitar, merasa tidak dihargai, tidak ada kecocokan dengan teman, tidak memiliki teman bercerita, serta tidak memiliki sosok yang dapat diandalkan secara emosional. Ketika ditanya tentang relasi sosial, mereka mengaku jarang terlibat dalam percakapan dengan sesama penghuni panti, merasa enggan untuk

memulai komunikasi, dan lebih sering menyendiri dan melamun melihat sekitar panti.

Sebaliknya, 5 orang lansia lainnya yang tidak secara langsung menyatakan mengalami kesepian. Mereka terlihat aktif dalam berbagai kegiatan harian seperti senam, pengajian, dan bercocok tanam, serta tampak cukup terlibat dalam interaksi sosial dengan sesama lansia. Beberapa di antaranya mengungkapkan bahwa kehadiran teman untuk berbagi cerita dan mengikuti aktivitas bersama membuat hari-hari mereka terasa lebih menyenangkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya, baik secara emosional maupun sosial, tetapi mereka juga mengatakan tidak menutup kemungkinan rasa hampa dan kesepian muncul saat mereka sedang sendiri tidak ada kegiatan bersama, serta teringat akan hangatnya kebersamaan.

Perbedaan pengalaman antara kedua kelompok tersebut mengindikasikan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat berperan dalam membentuk tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia. Namun, hingga saat ini belum ditemukan kajian yang secara khusus meneliti hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat kesepian pada lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat topik ini dalam penelitian berjudul: “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Kesepian pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Ciparay.”

KAJIAN LITERATUR

Menurut *United Nations High Commissioner for Refugees* (UNCHR, 2024), lanjut usia (lansia) adalah individu yang berusia 60 tahun ke atas. Istilah "lansia" juga merujuk pada individu yang telah memasuki fase penuaan, sebagaimana didefinisikan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, yaitu laki-laki maupun

perempuan yang berada dalam tahap akhir dari siklus kehidupan manusia. Dalam kajian ilmiah, periode ini diidentifikasi sebagai fase penting, di mana individu mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Pemahaman tentang lansia tidak hanya berfokus pada aspek usia, tetapi juga mencakup dampak terhadap kesehatan, kualitas hidup, serta penyesuaian sosial yang dialami oleh individu dalam kelompok usia tersebut (Kemenkes RI, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Dalam ((Kemenkes RI, 2023). Kelompok lanjut usia dibedakan ke dalam empat kategori diantaranya:

- Usia pertengahan (Middle age) merupakan usia 45-59 tahun
- Lanjut usia (Elderly) merupakan usia 60-74 tahun
- Lanjut usia tua (old) merupakan 75-90 tahun
- Usia sangat tua (very old) merupakan diatas 90 tahun

Dukungan sosial teman sebaya atau *peer social support* merupakan bentuk dukungan yang diberikan oleh individu yang berada dalam kelompok sebaya atau memiliki rentang usia dan pengalaman serupa, melalui berbagai interaksi sosial yang bersifat positif. Dukungan ini dapat berupa bantuan emosional, informasi, nasihat, maupun bantuan praktis (Pranida & Tazkiyah, 2024).

Dukungan teman sebaya merupakan dorongan yang membuat individu merasa memiliki teman untuk saling berbagi minat, mengalami situasi yang sama, serta saling menguatkan. Dukungan ini mencakup perhatian, penghargaan, maupun bantuan nyata yang muncul dari interaksi antar individu seusia, sehingga menumbuhkan rasa kepedulian. Selain memberikan makna dalam hubungan sosial, dukungan teman sebaya juga memiliki berbagai fungsi penting, antara lain memberikan dorongan sosial dan emosional yang lebih independen, meningkatkan keterampilan sosial, memperkuat harga diri, membantu pengendalian impuls agresif, serta memperkuat kemampuan adaptasi terhadap nilai dan moral Hilman, (2002); Samsunuwiyati, (2005), dalam

(Muizzulhafiidh, 2019).

Menurut Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Dwirifqi et al., 2015), dukungan sosial mencakup enam aspek utama yang juga relevan dalam konteks dukungan sosial teman sebaya, yaitu:

1. *Attachment* (Kelekatan)

Kelekatan merujuk pada kedekatan emosional antara individu dengan orang lain. Dalam hubungan teman sebaya, kelekatan ini terlihat dari kepercayaan, perhatian, dan rasa aman yang timbul karena adanya teman yang memahami dan dapat diandalkan. Lansia yang memiliki teman sebaya yang dekat akan lebih mudah merasa didukung secara emosional Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Dwirifqi et al., 2015).

2. *Social Integration* (Integrasi Sosial)

Integrasi sosial merupakan perasaan memiliki dan menjadi bagian dari suatu kelompok yang berbagi minat, nilai, atau kepedulian yang sama. Konsep ini mencerminkan keterikatan individu dengan lingkungan sosialnya, di mana adanya kesamaan pengalaman dan tujuan membantu membangun rasa kebersamaan serta memperkuat hubungan antaranggota kelompok. Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Fadillah & Pinkan Yustisya, 2024)

3. *Reassurance of Worth* (Pengakuan Nilai Diri)

Aspek ini berkaitan dengan perasaan bahwa seseorang dihargai dan diakui oleh orang lain. Dalam interaksi teman sebaya, penghargaan terhadap pendapat, kontribusi, atau kemampuan seseorang memperkuat rasa percaya diri dan harga diri individu Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Dwirifqi et al., 2015).

4. *Reliable Alliance* (Aliansi yang Dapat Diandalkan)

Reliable alliance atau ketergantungan untuk dapat diandalkan adalah keyakinan bahwa seseorang dapat dipercaya untuk memberikan dukungan saat dibutuhkan. Adanya aliansi yang dapat diandalkan menumbuhkan rasa aman, kepercayaan, dan keterikatan sosial yang kuat dalam hubungan

antarpribadi. *Guidance* (Bimbingan atau Arahan) Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Fadillah & Yustisya, 2024). *Guidance* Adalah dukungan berupa saran, nasihat, atau informasi yang membantu individu menghadapi masalah. Teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa bisa memberikan arahan yang relevan dan membangun, sehingga berperan penting dalam proses pemecahan masalah Weiss, Cutrona, dan Russell (1987) dalam (Dwirifqi et al., 2015).

5. *Opportunity for Nurturance* (Kesempatan untuk Merasa Dibutuhkan)

Aspek ini menggambarkan perasaan bahwa individu masih memiliki peran penting dan dibutuhkan oleh orang lain. Dalam hubungan teman sebaya, lansia tidak hanya menjadi penerima dukungan, tetapi juga dapat memberi dukungan balik. Menurut Kvaal et al., (2014) peningkatan dukungan sosial—terutama pada aspek attachment—berhubungan erat dengan penurunan kesepian pada lansia.

Ada beberapa faktor yang memengaruhi dukungan teman sebaya diantaranya

1. **Usia.** Usia merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat dukungan sosial yang diterima lansia. Semakin bertambah usia, kemampuan fisik dan psikologis individu cenderung mengalami penurunan, sehingga berdampak pada interaksi sosial (Syahrul, 2017 dalam (Soewignjo et al., 2020). Di lingkungan panti sosial, perbedaan usia antar penghuni dapat memengaruhi intensitas interaksi. Lansia yang memiliki kesamaan usia biasanya lebih nyaman untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, dan saling mendukung secara emosional. Sebaliknya, perbedaan usia yang cukup jauh dapat menjadi hambatan karena adanya perbedaan kebutuhan, minat, maupun cara pandang. Dalam penelitian ini, faktor usia difokuskan pada usia lansia sebagai penerima dukungan sosial teman sebaya, sedangkan variasi usia antar teman sebaya dipandang sebagai kondisi

- tambahan. Faktor usia ini berpengaruh pada tingkat kesepian, karena semakin lanjut usia dan semakin sedikit teman sebaya yang tersedia, dukungan sosial yang diterima menurun sehingga risiko kesepian meningkat (Damor et al., 2024)
2. Jenis kelamin. Jenis kelamin dapat menjadi faktor yang mempengaruhi dukungan sosial Azwan (2015) (Soewignjo et al., 2020; Setiawan & Mariyati, 2023) menjelaskan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan perempuan untuk menginginkan keterkaitan dan saling ketergantungan, sementara laki-laki lebih fokus pada harga diri mereka.
 3. Tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan yang dimiliki oleh lansia secara langsung memengaruhi kemampuan mereka dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Lansia dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki keterampilan komunikasi yang lebih baik, pemahaman sosial yang lebih luas, dan kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam berinteraksi. Hal ini memudahkan mereka untuk menjalin hubungan dengan teman sebaya, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap dukungan sosial yang mereka terima. Sebaliknya, lansia dengan tingkat pendidikan yang rendah mungkin mengalami hambatan dalam berkomunikasi dan berinteraksi, sehingga berisiko menerima dukungan sosial yang lebih rendah (Bahtiar et al., 2023; Setiawan & Mariyati, 2023)
 4. Kondisi Psikologis. Kondisi psikologis seperti depresi dapat memengaruhi cara lansia memandang dan merespons dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya. Individu yang mengalami depresi cenderung memiliki persepsi negatif terhadap lingkungan sosialnya, sehingga lebih sulit untuk merasakan adanya kepedulian atau keterhubungan emosional dari orang lain. Pada lansia di panti sosial, depresi sering kali menyebabkan penarikan diri dari interaksi sosial, rendahnya motivasi untuk berkomunikasi, serta munculnya perasaan tidak berharga (Bahtiar et al., 2023).
 5. Kondisi Fisik. Lansia dengan kondisi fisik yang menurun atau mengalami gangguan psikologis cenderung lebih bergantung pada bantuan dan perawatan orang lain. Dalam situasi seperti ini, dukungan sosial dari lingkungan sekitar, terutama teman sebaya dan keluarga, menjadi sangat penting. Dukungan ini tidak hanya membantu dalam memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga berperan dalam memberikan rasa aman, nyaman, serta memperkuat kemampuan lansia dalam menjalani tugas-tugas perkembangan di tahap akhir kehidupannya (Wahyudi et al., 2022).
 6. Gangguan komunikasi pendengaran dan bicara. Gangguan pendengaran dan komunikasi merupakan hambatan umum yang dialami lansia dalam menjalin hubungan sosial, termasuk dalam memperoleh dukungan dari teman sebaya. Penurunan kemampuan mendengar menyebabkan kesulitan dalam menangkap informasi dan menanggapi percakapan, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial (Lee & Ha, 2024). Menurut (Shukla et al., 2021), lansia dengan gangguan pendengaran berat memiliki kemungkinan 37% lebih tinggi mengalami keterbatasan dalam keterlibatan sosial dibandingkan mereka yang memiliki pendengaran normal. Selain itu, gangguan komunikasi verbal berdampak pada penurunan jumlah teman, frekuensi interaksi sosial, serta peningkatan rasa kesepian dan depresi (Stoica-Marcu, 2021). Hambatan ini tidak hanya mengganggu proses pertukaran informasi, tetapi juga menurunkan rasa percaya diri serta kemampuan lansia dalam membangun relasi sosial yang bermakna. Penelitian lain oleh (Stoica-Marcu, 2021), di Rumania juga menunjukkan bahwa gangguan komunikasi sosial baik verbal maupun nonverbal menyebabkan kesulitan lansia dalam berpartisipasi di lingkungan sosial, bahkan

memunculkan perasaan terisolasi.

7. Status pernikahan. Bahwa status janda sangat berkaitan dengan meningkatnya gejala depresi, terutama ketika dukungan keluarga dan teman minim (Tang et al., 2022).

Tingkat dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini diukur menggunakan *Social Provisions Scale* (SPS) versi 24 item yang dikembangkan oleh Cutrona & Russell (1987), dan diadopsi dari penelitian Muizzulhafiidh, (2019) Instrumen ini terdiri dari 24 pernyataan yang mencerminkan persepsi individu terhadap keberadaan dan kualitas dukungan sosial yang diterimanya. Setiap item dinilai menggunakan skala Likert 4 poin, yaitu: 1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Setuju, dan 4 = Sangat Setuju. Sebanyak 12 item yang bersifat positif dilakukan *reverse coding* untuk menjaga konsistensi arah skoring. Skor total berkisar antara 24–96, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, pendekatan ini diterapkan untuk menganalisis populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen penelitian sebagai alat pengumpulan data. Data yang diperoleh berupa angka dan dianalisis secara kuantitatif melalui teknik statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi serta menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Sebagaimana dinyatakan (Sugiyono & Puji Lestari, (2021), metode kuantitatif memungkinkan pengumpulan data yang bersifat objektif, terukur, dan sistematis, sehingga mendukung pengujian hubungan antar variabel secara akurat dan terstruktur. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan Usia, Jenis kelamin, Pendidikan, Status pernikahan dan pekerjaan

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Presentase %
Usia lansia		
Lanjut Usia (60-74 tahun)	42	59,2%
Lanjut usia tua (75-90 tahun)	23	32,4%
Usia sangat tua (>90 tahun)	6	8,5%
Total	71	100%
Jenis kelamin		
Laki-laki	36	50,7%
Perempuan	35	49,3%
Total	71	100%
Pendidikan rendah (tidak sekolah, SD,SMP)	51	71,8%
Pendidikan Tinggi (SMA,Diplo ma,Sarjana)	20	28,2%
Total	71	100%
Status pernikahan		
Janda/duda	71	100%
Total	71	100%
Jumlah penghasilan dahulu		
<UMR	70	98,6%
>UMR	1	1,4%
Total	71	100%
Riwayat pekerjaan		
Bekerja	65	91,5%
Tidak Bekerja	6	8,5%
Total	71	100%
Lama tinggal dipanti		
1-2 tahun	30	42,3%
>3 tahun	41	57,7%
Total	71	100%

Pada tabel 1 karakteristik responden di ketahui bahwa berdasarkan usia, sebagian besar sebanyak 42 orang (59,2%) berada pada usia lansia lanjut usia (60-74 tahun). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar sebanyak 36 responden (50,7%) laki-laki. Di lihat dari tingkat pendidikan, sebagian besar sebanyak 51 orang (71,8%) memiliki pendidikan rendah (tidak sekolah, SD, SMP). Berdasarkan status pernikahan seluruhnya 71 orang (100%) janda/duda. Berdasarkan jumlah penghasilan dahulu, hampir seluruhnya 70 orang (98,6%) <UMR. di lihat dari riwayat pekerjaan hampir seluruhnya, 65 orang (91,5%) bekerja. Berdasarkan lama tinggal di panti hampir setengahnya, 41 orang (57,7%) tinggal >3 tahun.

Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial Teman sebaya

Dukungan sosial teman sebaya	Frekuensi	Presentase %
Dukungan Sosial teman sebaya tinggi	0	0,0%
Dukungan sosial teman sebaya sedang	4	5,6%
Dukungan sosial teman sebaya rendah	67	94,4%
Total	71	100%

Berdasarkan tabel 4.2 yang menunjukan gambaran tingkat kesepian pada lansia di Balai Perlindungan Tresna Werdha Ciparay Kab.Bandung yang berjumlah 71 lansia, diketahui bahwa hampir seluruh (94,4%) atau 67 responden merasakan dukungan sosial teman sebaya yang rendah

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Presentase (%)
Usia Ibu		
17 – 25 tahun	7	6,3
26 – 35 tahun	56	50,0
36 – 45 tahun	49	43,8
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	67	59,8
Perempuan	45	40,2
Usia Anak		
4 tahun	10	8,9
5 tahun	38	33,9
6 tahun	64	57,1
Pekerjaan Ibu	25	30,1
Bekerja	74	66,1
Tidak Bekerja	38	33,9
Pendidikan Ibu		
Pendidikan rendah (Tidak sekolah – SMP)	8	7,1
Pendidikan tinggi (SMA – Perguruan Tinggi)	104	92,9
Penghasilan keluarga		
≥UMR	81	72,3
<UMR	31	27,7
Total	112	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Toilet Training

Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	62	55,4
Cukup	38	33,9
Kurang	12	10,7
Total	112	100

Hasil analisa data tabel 2 diperoleh Berdasarkan data Distribusi Pengetahuan Ibu diketahui bahwa sebagian besar (55,4%) memiliki Pengetahuan Baik sebanyak 62 responden. Hal ini menunjukkan bahwa

mayoritas responden memiliki Pengetahuan Baik tentang *Toilet Training*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 4.2 ini menunjukkan bahwa gambaran dukungan sosial teman sebaya hampir seluruh (94,4%) atau 67 responden berada pada dalam dukungan teman sebaya rendah, sebagian kecil (5,6%) atau 4 responden merasakan dukungan sosial teman sebaya sedang, sedangkan pada dukungan sosial teman sebaya tinggi sebagian kecil (0,0%) tidak ada responden yang merasakannya. Dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki kesamaan usia atau pengalaman yang serupa melalui berbagai interaksi sosial yang bersifat positif. Dalam penelitian ini untuk melihat dukungan sosial teman sebaya menggunakan kuesioner *Social Provisions Scale* (SPS-24) yang meliputi bantuan emosional, informasi, nasihat, maupun bantuan praktis. Selanjutnya dihitung skornya untuk mengetahui kategori tingkat dukungan sosial teman sebaya pada lansia. Hal ini sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Pranida & Tazkiyah, (2024) bahwa dukungan sosial teman sebaya atau *peer social support* merupakan bentuk dukungan yang diberikan oleh individu yang berada dalam kelompok sebaya atau memiliki rentang usia dan pengalaman serupa, melalui berbagai interaksi sosial yang bersifat positif.

Berdasarkan faktor usia, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (59,2%) responden berada pada kategori lanjut usia (60– 74 tahun) dan sebagian besar merasakan dukungan sosial yang rendah. Usia merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh individu. Menurut Syahrul (2017) dalam Soewignjo et al., (2020), seiring bertambahnya usia, individu cenderung mengalami penurunan dalam penerimaan dukungan sosial. Hal ini disebabkan oleh perubahan peran sosial, keterbatasan fisik, dan berkurangnya jaringan sosial, yang dapat berdampak pada kondisi emosional dan psikologis seseorang.

Kesamaan latar belakang dalam hal usia, jenis kelamin, dan lingkungan tempat tinggal memungkinkan individu untuk lebih mudah menjalin hubungan sosial yang dekat. Menurut (Tang et al., 2022) menjelaskan bahwa kesamaan usia dan pengalaman hidup (*shared backgrounds in age and lived experiences*) dapat mempermudah keterlibatan emosional dan sosial dalam hubungan dukungan sebaya pada lansia. Dalam konteks lansia yang tinggal di panti sosial, kondisi ini menjadi relevan karena perbedaan usia antar penghuni dapat memengaruhi cara mereka berinteraksi dan memaknai dukungan sosial yang diterima

Hasil ini sejalan dengan pendapat Muizzulhafiidh, (2019) yang menyatakan bahwa keberadaan teman sebaya berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan sosial bagi lansia. Lansia merasa lebih terbuka dan diterima ketika berinteraksi dengan teman yang seusia, karena adanya kesamaan pengalaman hidup dan tahap perkembangan. Hal ini mampu membantu mengurangi stres, menurunkan rasa kesepian, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sedangkan dari faktor jenis kelamin setengahnya (50,7%) responden laki-laki dengan sebagian besar (52,2%) merasakan dukungan sosial rendah. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat dukungan sosial yang diterima seseorang. Azwan (2015) dalam (Setiawan & Mariyati, 2023; Soewignjo et al., 2020).

menjelaskan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan oleh sifat perempuan yang lebih menginginkan keterikatan emosional, hubungan interpersonal yang dekat, dan saling ketergantungan. Sebaliknya Laki-laki cenderung menekankan kemandirian dan harga diri, sehingga kurang terbuka dalam mengungkapkan perasaan atau meminta dukungan sosial. Dalam konteks lansia di panti sosial, kondisi ini membuat mereka lebih sulit menjalin hubungan akrab dengan teman sebaya. (Bahtiar et al., 2023; Setiawan & Mariyati, 2023) menemukan bahwa kemandirian merupakan bagian dari identitas maskulin, sehingga mencari bantuan sering dianggap

sebagai tanda kelemahan dan dapat menurunkan keterlibatan sosial.

Hasil ini sejalan dengan pandangan bahwa perbedaan pola komunikasi dan kebutuhan emosional antara laki-laki dan perempuan berperan penting dalam interaksi sosial. Perempuan lebih sering mengekspresikan emosi, berbagi cerita, dan saling memberikan dukungan emosional, sedangkan laki-laki cenderung menjaga jarak dan lebih fokus pada harga diri, sehingga jaringan dukungan sosial mereka lebih terbatas. Tingkat pendidikan juga menjadi salah satu faktor yang mengakibatkan dukungan teman sebaya, sebagian besar (71,8%) responden tingkat pendidikan rendah sebagian besar merasakan dukungan teman sebaya yang rendah. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kemampuan lansia dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Lansia dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki keterampilan komunikasi yang lebih baik, pemahaman sosial yang luas, serta kepercayaan diri yang tinggi dalam berinteraksi. Hal ini memudahkan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial dan menjalin hubungan positif dengan teman sebaya, sehingga dukungan sosial yang diterima lebih optimal (Bahtiar et al., 2023; Setiawan & Mariyati, 2023).

Sebaliknya, lansia dengan tingkat pendidikan rendah berisiko mengalami hambatan dalam berkomunikasi dan menjalin hubungan sosial. Keterbatasan ini dapat mengurangi partisipasi mereka dalam kegiatan sosial di panti, sehingga kesempatan untuk mendapatkan dukungan emosional dan sosial dari teman sebaya menjadi lebih kecil. Temuan ini sejalan dengan teori bahwa tingkat pendidikan berpengaruh terhadap keterampilan sosial, kemampuan memahami informasi, dan kepercayaan diri dalam berinteraksi. Pendidikan yang rendah sering kali berkorelasi dengan keterbatasan wawasan dan pola komunikasi yang kurang efektif, sehingga berdampak pada rendahnya dukungan sosial yang diterima lansia.

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh responden berstatus janda/duda

dengan hampir seluruhnya (94,4%) merasakan dukungan sosial rendah. Temuan ini selaras dengan hasil studi di Tiongkok oleh Tang et al., (2022) yang menyimpulkan bahwa status janda sangat berkaitan dengan meningkatnya gejala depresi, terutama ketika dukungan keluarga dan teman minim. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden (98,6%) memiliki pendapatan di bawah UMR, dan hampir seluruhnya (98,5%) merasakan dukungan sosial rendah. Temuan ini sejalan dengan studi oleh (azkona et., all 2023) yang menemukan bahwa pendapatan rendah memengaruhi tingkat kesepian dan kesejahteraan mental lansia melalui jalur dukungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki riwayat pekerjaan dengan tingkat sosial yang rendah ditunjukkan dari 91,5% responden bekerja sebelumnya dan hampir semuanya (91%) saat ini merasakan dukungan sosial rendah. Hal ini selaras dengan temuan dari *Loneliness in Retirement* (2025), di mana masa transisi antara dunia kerja ke pensiun sering kali disertai lonjakan kesepian karena hilangnya struktur sosial yang sebelumnya disediakan oleh pekerjaan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia tinggal di panti lebih dari 3 tahun (57,8%), namun sebagian besar juga merasakan dukungan sosial rendah (58,2%). Temuan ini sejalan dengan Pertiwi & Ndarha, (2025) yang menyatakan bahwa durasi lama tinggal dapat memfasilitasi adaptasi, tetapi tidak secara otomatis meningkatkan dukungan sosial bahkan bisa memicu rasa bosan atau kerinduan. Analisis

statistik mereka juga tidak menunjukkan hubungan signifikan antara durasi tinggal dan kesepian.

KESIMPULAN

Gambaran tingkat dukungan sosial teman sebaya pada lansia di Balai Perlindungan Tresna Werdha Ciparay Kab.Bandung menunjukkan hampir seluruhnya (94,4%) atau 67 responden memiliki dukungan sosial teman sebaya rendah sedangkan sebagian kecil (5,6%)

atau 4 responden berada pada dukungan teman sebaya sedang.

REFERENSI

- Abigail Theodora Tanzil, Monty PSatiadarma, & Roswiyani. (2022). KESEPIAN, KECERDASAN SOSIAL DAN HARGA DIRI PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19. *Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6. <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/15819/10241>
- Ahmad Muizzulhafiidh. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember. *Repository Universitas Jember*.
- Alif Akbar Rifai, Lu'luul Jannah, & Nur Rohmah Itsnaini. (2024). "Jangan biarkan mereka sendiri": Peran Keluarga dalam Mengatasi Kesepian pada Lansia. *Gerakan Indonesia Beradab*.
- Amruddin, Itha Leanni Muskananfolo, Erna Febriyanti, Dr. Atik Badi'ah, & Fance Roynaldo Pandie. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF* (Arif Munandar, Ed.; 1st ed.). CV. MEDIA SAINS INDONESIA.
- Anisa Widya Ningsih, & Afrinaldi. (2023). Gambaran Penyesuaian Diri Lansia Dalam Penurunan Kemampuan Fisik dan Psikis di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11171>
- Arif Munandar, Wahyuni Maria Prasetyo Hutomo Ari Athiutama, Widyoningsih Raden Ahmad Dedy Mardani, Fajri Febrini Aulia Fuadah Fahrudiana, Nurharlinah Pipit Festi Wiliyanarti, Yuni Sapto Edhy Rahayu Irfandi Rahman, Ahmad Kusnaeni Dwi Yuniar Ramadhani, Lia Nurlianawati Nia Novita Sari, Cahya Tribagus Hidayat Eddy Murtoyo, Yosep Andri Putra Sarwa, Lola Illona Elfani Kausar, Soviarni Margareta Martini, Rani Ardina Defrima Oka Surya, Dewi Kurniawati Debby Sinthania, Heru Ginanjar Triyono Rahmita, Rahmita Nuril Amalia Ninda Ayu Prabasari Panglipurningsih, & Sofia Rhosma Dewi. (2023). *KEPERAWATAN KOMUNITAS, KELUARGA DAN GERONTIK*. www.medsan.co.id
- Assa, R. K., Hutauruk, M., & Natalia, A. (2020). HUBUNGAN SPOUSELESS DENGAN SELF ESTEEM PADA LANSIA DI DESA RITEY KECAMATAN AMURANGTIMUR KABUPATEN MINAHASA SELATAN. *Jurnal Keperawatan (JKp)*, 8(2), 72–78. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/download/32323/30668/67528>
- Azwan, Herlina, & Darwin Karim. (2015). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA. In *JOM* (Vol. 2, Issue 2). <https://media.neliti.com/media/publications/183778-ID-hubungan-dukungan-sosial-teman-sebaya-de.pdf>
- Badan Pusat statistik. (2023, December 29). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Bahtiar, B., Noer Rahma, A. P., Nopriyanto, D., & Faisal Nur, S. R. (2023). Gambaran Tingkat Depresi dan Dukungan Teman Sebaya pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda Kalimantan Timur. *Journal of Nursing Innovation*, 2(2), 53–60. <https://doi.org/10.61923/jni.v2i2.16>
- CDC. (2024, June 4). *Information for*

- Caregivers*. Centers for Disease Control and Prevention .
- Claudia Ivanca Snowitje Gaghana, & Christiana Hari Soetjningsih. (2024). *Kesepian Dan Psychological Well-Being Pada Lansia Yang Berstatus Janda/Duda Di Kabupaten Talaud*. 4. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/9865/6961/16382>
- Dahlia, Ibrahim, & Nurhasanah. (2019). Social Support With Depression On The Elderly In The Panti Werdha. *Idea Nursing Journal*, 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.52199/inj.v10i2.13942>
- Damor, N., Yogesh, M., Makwana, N., Trivedi, N., & Kagathara, J. (2024). Prevalence and predictors of loneliness and its association with health-seeking behaviors among the elderly population, Gujarat, A community-based cross-sectional study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(7), 2719–2723. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_2012_23
- Dewi Astutik. (2019). *Hubungan Kesepian dengan phsicological wel-being pada lansia di kelurahan sanan Wetan Kota Blitar*. Universitas Ailangga Surabaya.
- Dinas Komunikasi Dan Informatika Kota Bandung. (2023, June 26). *Hari Lanjut Usia Nasional: Jumlah Kasus Lansia Terlantar di Kota Bandung Menurun Drastis*. Diskominfojabar.
- Dra. Dharmayati B. Utoyo, Lilis Heri Mis Cicih, Putrie Vidya Puspita, Luthfiah, & Hartatik Sulistyoningih. (2024). *Bunga rampai ke lanjut usiaan*. https://www.researchgate.net/publication/383658773_LONELINESS_PADA_LANSIA
- Dwirifqi, M., Putra, K., Syarif, U., & Jakarta, H. (2015). *UJI VALIDITAS KONSTRUK THE SOCIAL PROVISIONS SCALE*.
- Enur Nurhayati Muchsin, Dodik Arso Wibowo, Widyasih Sunaringtyas, & Rosyim Viky Ilmika. (2023). *TINGKAT STRES PADA LANSIA YANG TIDAK TINGGAL SERUMAH DENG KLUARGA*. *JURNAL SALAM SEHAT MASYARAKAT*, 4(2). <https://online-journal.unja.ac.id/JSSM/article/download/25948/15910>
- Fadilla, Z., Ketut Ngurah Ardiawan, M., Eka Sari Karimuddin Abdullah, M., Jannah Ummul Aiman, M., & Hasda, S. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <http://penerbitzaini.com>
- Fakoya, O. A., McCorry, N. K., & Donnelly, M. (2020). Loneliness and social isolation interventions for older adults: a scoping review of reviews. *BMC Public Health*, 20(1), 129. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8251-6>
- Fuady, A., Arifin, B., Yunita, F., Rauf, S., Fitriangga, A., Sugiharto, A., Yani, F. F., Nasution, H. S., Putra, I. W. G. A. E., Mansyur, M., & Wingfield, T. (2024). Stigma, depression, quality of life, and the need for psychosocial support among people with tuberculosis in Indonesia: A multi-site cross-sectional study. *PLOS Global Public Health*, 4(1), e0002489. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0002489>
- Geriatric. (2024, March 20). *Kesepian pada Lansia, Bagaimana Mengatasinya?* Geriatric.Id.
- Hanifah Hanifah, Dian Dwiana Maydinar, & Marsiah Marsiah. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian (Lonliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E-ISSN* (Vol. 2, Issue 2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.57084/jiksi.v2i2.802>

- Henny Syapitri, Amila, & Juneris Aritonang. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (Aurora Hawa Nadana, Ed.; 1st ed., Vol. 1). AHLIMEDIA PRESS.
- Hoft, J. (2021). Anonymity and Confidentiality. In *The Encyclopedia of Research Methods in Criminology and Criminal Justice* (pp. 223–227). Wiley.
<https://doi.org/10.1002/9781119111931.ch41>
- Indah Mulya Destriande, Intan Faridah, Kharisma Oktania, & Syahnur Rahman. (2021). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP PADA LANJUT USIA. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(1).
- Ira Kusumawaty, Viyan Septiyana Achmad, Daniel Suranta Ginting, Yunike, Yunita Liana, Diyan Indriyani, Wiwin Martiningsih, Solehudin, & Nur Syamsi Norma Lalla. (2022). *Metodologi penelitian keperawatan* (R. M. S. Neila Sulung, Ed.; 1st ed.). PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Johansson-Pajala, R.-M., Alam, M., Gusdal, A., Heideken Wågert, P. von, Löwenmark, A., Boström, A.-M., & Hammar, L. M. (2022). Anxiety and loneliness among older people living in residential care facilities or receiving home care services in Sweden during the COVID-19 pandemic: a national cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 22(1), 927.
<https://doi.org/10.1186/s12877-022-03544-z>
- Kemenkes RI. (2023, April 17). *KEBUTUHAN GIZI PADA LANSIA*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khalaila, R., & Vitman-Schorr, A. (2021). Social support and loneliness among frail older adults attending daycare centers: A multicultural study in Israel. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 97.
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104486>
- Kotwal, A. A., Fuller, S. M., Myers, J. J., Hill, D., Tha, S. H., Smith, A. K., & M. Perissinotto, C. (2021). A peer intervention reduces loneliness and improves social well-being in low-income older adults: A mixed-methods study. *Journal of the American Geriatrics Society*, 69(12), 3365–3376.
<https://doi.org/10.1111/jgs.17450>
- Kvaal, K., Halding, A., & Kvigne, K. (2014). Social provision and loneliness among older people suffering from chronic physical illness. A mixed-methods approach. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 28(1), 104–111.
<https://doi.org/10.1111/scs.12041>
- Lai, D. W. L., Li, J., Ou, X., & Li, C. Y. P. (2020). Effectiveness of a peer-based intervention on loneliness and social isolation of older Chinese immigrants in Canada: a randomized controlled trial. *BMC Geriatrics*, 20(1), 356.
<https://doi.org/10.1186/s12877-020-01756-9>
- Lee, H., & Ha, J. (2024). Social isolation and its influencing factors among age-related hearing loss patients: A cross-sectional study. *Medicine*, 103(4), e36766.
<https://doi.org/10.1097/MD.00000000000036766>
- Mayasari, & Hayati. (2024). HUBUNGAN LONELINESS PADA KARYAWAN DENGAN PERILAKU KONSUMTIF BELANJA ONLINE DI PERKANTORAN JABODETABEK. In *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM* (Vol. 12, Issue 1).
<https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1514/1156>
- Nafilah Sri Sagita K. (2024, December 20). *Lansia di Indonesia Berisiko*

- Meninggal Kesepian*. DetikJabar .
nastasya Lavenia. (2024). Menghapus Stigma Buruk Panti Jompo. *Insight | General Knowledge*.
- Nur Cahyati, T., Widiyana Putri, R., Tessa Noveli, A., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167–175. https://journals.usm.ac.id/index.php/jd_sb
- Pengpid, S., & Peltzer, K. (2023). Prevalence and associated factors of incident and persistent loneliness among middle-aged and older adults in Thailand. *BMC Psychology*, 11(1), 70. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01115-4>
- Pertiwi, G. H., & Ndarha, M. N. (2025). HUBUNGAN LAMA TINGGAL DENGAN TINGKAT KESEPIAN LANSIA DI PANTI TRESNA WERDHA SAMARINDA. *Jurnal Riset Keperawatan Dan Kesehatan*, 2(2), 82–88. <https://doi.org/10.71203/jrkk.v2i2.20>
- Pollak, C., Verghese, J., & Blumen, H. M. (2024). Loneliness predicts decreased physical activity in widowed but not married or unmarried individuals. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1295128>
- Pranida, R. P., & Tazkiyah, N. (2024). The Relationship between Peer Social Support and Emotional Intelligence on Subjective Well-Being of Students in Class XI SMAN 31 Jakarta. *Formosa Journal of Multidisciplinary Research*, 3(8), 2945–2954. <https://doi.org/10.55927/fjmr.v3i8.10414>
- Purwo Soewignjo, Erna Irawan, Hudzaifah Al Fatih, Hudzaifah Al Fatih, & Anggi Saputra. (2020). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI SOSIAL REHABILITASI LANJUT USIA CIPARAY. 8. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Putra Satria, R., Yudhi Wibowo, N., Studi, P. D., Studi, P. S., Keperawatan, I., & artikel, S. (2022). PENGALAMAN KESEPIAN PADA LANSIA: SYSTEMATIC REVIEW Info Artikel ABSTRAK. 13(1). <http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>
- Qorinatul hasanah. (2022). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA DINAS SOSIAL BINJAI PROVINSI SUMATERA UTARA.
- Rahayu, V. H., & Asmawati, W. O. (2024). Hubungan Social Support dengan Tingkat Kesepian Lanjut Usia Pada Latar Belakang Pedesaan di Kabupaten Bogor (Vira Herma Rahayu, Wa Ode Asmawati).
- Refany, E., Pangaribuan, R., & Tarigan, J. (2021). PEMENUHAN KEBUTUHAN ELIMINASI PADA INKONTINENSIA URINE DENGAN KEGEL EXERCISE DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI (Vol. 1). <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/MAHESA/article/view/5049/pdf>
- Resna, R. W., Widiarti, Nofiantoro, W., Iskandar, R., Ashbahna, D. M., Royani, & Susilawati, S. (2022). Social environment support to overcome loneliness among older adults: A scoping review. In *Belitung Nursing Journal* (Vol. 8, Issue 3, pp. 197–203). Belitung Raya Publisher - Belitung Raya Foundation. <https://doi.org/10.33546/bnj.2092>
- Rini Wahyu Ningsih, & Sri Setyowati. (2020). Hubungan Tingkat Kesepian dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet

- Yogyakarta. 12.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Salami, S., Atikah, N., & Nugraha, N. J. (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 11(1), 9–16.
<https://doi.org/10.33867/6mnycc98>
- Sarida Surya manurung, Imelda Liana Ritonga, & Hamonangan Damanik. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (1st ed.).
- Selviana, L., Afgani, W., & Siroj, R. A. (2024). Correlational Research. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 5118–5128.
<https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Setiawan, E. D., & Mariyati, L. I. (2023). The Relationship Between Peer Social Support and Psychological Well-Being of the Elderly in Surabaya. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 10. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i0.1710>
- Shukla, A., Cudjoe, T. K. M., Lin, F. R., & Reed, N. S. (2021). Functional Hearing Loss and Social Engagement Among Medicare Beneficiaries. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(1), 195–200.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbz094>
- Sihotang, H. (2023). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF* (Erni Murniarti, Ed.; 1st ed.). Universitas Kristen Indonesia Jakarta.
<http://repository.uki.ac.id/13479/1/BukuMetodePenelitianKuantitatif.pdf>
- Sirril Wafa, & Tiara Diah Sosialita. (2023). *Sirril Wafa-Logoterapi Untuk Mengurangi Kesepian Pada Lansia*. 6.
- Siti Aisyah, Septriana Puja P, & Septian Galuh Winata. (2024). *Correlation Between Loneliness (The Feelings of Loneliness) To Sleep Quality in Elderly at House Griya Werdha Jambangan Surabaya*.
- Soekidjo Notoadmojo. (2018). *Metodologi Penelitian Keperawatan* (1st ed.). Rineka Cipta.
- Soewignjo, P., Irawan, E., Al Fatih, H., Saputri, U., Saputra, A., Adhirajasa, U., & Sanjaya, R. (2020). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI SOSIAL REHABILITASI LANJUT USIA CIPARAY. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(2).
<http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- steven Zauderer. (2025, February 24). *Analisis faktor penyebab kesepian pada lansia di 10 Ilir Palembang*. Crossriver Therapy.
- Stoica-Marcu, G. (2021). The Difficulties in Social Communication of Elderly People in Romania. *RAIS Journal for Social Sciences* |, 5(2), 2021.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.5722282>
- Sugiyono, & Puji Lestari. (2021). *Metode penelitian komunikasi (kuantitatif,kualitatif,dan cara mudah menulis artikel pada jurnal internasional* (Sunarto, Ed.; 1st ed.). ALFABETA,cv.
- Sun, C., Ding, Y., Cui, Y., Zhu, S., Li, X., Chen, S., Zhou, R., & Yu, Y. (2021). The adaptation of older adults' transition to residential care facilities and cultural factors: a meta-synthesis. *BMC Geriatrics*, 21(1), 64.
<https://doi.org/10.1186/s12877-020-01987-w>
- Svensson, M., Rosso, A., Elmståhl, S., & Ekström, H. (2022). Loneliness, social isolation, and health complaints among older people: A population-based study from the “Good Aging in

- Skåne (GÅS)” project. *SSM - Population Health*, 20, 101287. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2022.101287>
- Syamsul Ishak, Risza Choirunissa, Agustian, Yati Purnama, Viyan Septiyana Achmad, Estelle Lilian, Mua Heryyanoor, Ahmad Syamil, Ina Debora Ratu Ludji, Robi Adikari Sekeon, Aditya Wardhana, Yuliana Dafroyati, Aliyah Fahmi, Yuldensia Avelina, Nurbaety, Meilin Anggreyni, & Halimatussakdiyah Lubis. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN* (Syaiful Bahri, Ed.; 1st ed.). CV. MEDIA SAINS INDONESIA.
- Tang, J. P. S., Liu, T., Lu, S., Sing, C. Y., Sze, L. C. Y., Lum, T. Y. S., & Tse, S. (2022). ‘It was the deepest level of companionship’: peer-to-peer experience of supporting community-dwelling older people with depression - a qualitative study. *BMC Geriatrics*, 22(1), 443. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03121-4>
- UNCHR. (2024, June 13). *Older persons*. UNCHR.
- Wahyudi, Liya Windy, & HerawatiTimah. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Strategi Koping terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Scientific Repository*.
- Wildhan, R. Y., Virlando Suryadinata, R., Bagus, I., & Artadana, M. (2022). Hubungan Tingkat Activity Daily Living (ADL) dan Kualitas Hidup Lansia di Magetan. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 11(1), 42–48. <https://journal.uwks.ac.id/index.php/ji-kw/article/viewFile/1578/pdf>
- Wolfers, M. E. G., Stam, B. E., & Machielse, A. (2022). Correlates of emotional and social loneliness among community dwelling older adults in Rotterdam, the Netherlands. *Aging and Mental Health*, 26(2), 355–367. <https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1875191>
- World Health Organization. (2022, November 23). *Reducing social isolation and loneliness among older people*. WHO.
- World Health Organization 2024. (2024, October 1). *Ageing and health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Zhang, Y., Kuang, J., Xin, Z., Fang, J., Song, R., Yang, Y., Song, P., Wang, Y., & Wang, J. (2023). Loneliness, social isolation, depression and anxiety among the elderly in Shanghai: Findings from a longitudinal study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 110, 104980. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2023.104980>

BIODATA PENULIS

Hudzaifah Alfatih

Dosen di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas ARS. Riwayat pendidikannya yaitu Sarjana Keperawatan, Ners, dan Magister Keperawatan

Tita Puspita Ningrum

Dosen di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas ARS. Riwayat pendidikannya yaitu Sarjana Keperawatan, Ners, dan Magister Keperawatan