

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KESEHATAN MENTAL
PADA LANSIA DI UPT RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA
TERLANTAR BUDHI DHARMA GIWANGAN UMBULHARJO KOTA
YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



Oleh:

VERONIKA CERLINTO PERADA LIAT

KP.21.01.508

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA

2025



NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA
LANSIA DI UPT RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA TERLANTAR
BUDHI DHARMA GIWANGAN UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA**

Disusun oleh :

Veronika Cerlinto Perada Liat

KP.21.01.508

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal :

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M.Kep

.....

Pembimbing Utama / Penguji I

Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M.Kes

.....

Pembimbing Pendamping / Penguji II

Nur Anisah, S. Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ

.....

Naskah publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar sarjana Keperawatan
Yogyakarta

Ketua Program Studi Keperawatan program sarjana

Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M.Kep



HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA LANSIA DI UPT RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA TERLANTAR BUDHI DHARMA GIWANGAN UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA

Veronika Cerlinto Perada Liat¹, Nur Hidayat², Nur Anisah³

INTISARI

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai perubahan fisik, sosial, dan psikologis. Salah satu permasalahan psikososial yang paling umum dialami adalah kesepian, yang dapat timbul akibat kehilangan pasangan, keterbatasan interaksi sosial, serta minimnya dukungan keluarga. Kesepian yang berlarut dapat memengaruhi kesehatan mental lansia, menurunkan kualitas hidup, serta meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres. Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara kesepian dan kesehatan mental pada lansia yang tinggal di panti sosial. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kesehatan mental pada lansia yang tinggal di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Umbulharjo, Kota Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi analitik dan metode cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 35 lansia yang dipilih dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner UCLA *Loneliness Scale* untuk menilai tingkat kesepian dan kuesioner DASS-42 untuk menilai kondisi kesehatan mental. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia mengalami kesepian kategori berat (80%), serta gangguan kesehatan mental dalam kategori ringan hingga sedang. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesepian dengan kesehatan mental pada lansia, dengan nilai $p = 0,007$ dan koefisien korelasi $r = 0,408$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan, semakin rendah tingkat kesehatan mental yang dimiliki lansia. Kesimpulannya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesepian dan kesehatan mental pada lansia. Temuan ini menjadi dasar penting bagi pengelola panti untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.

Kata kunci : *DASS, kesehatan mental, kesepian, lansia, UCLA, UPT Budhi Dharma*

¹ Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND MENTAL HEALTH IN ELDERLY AT THE BUDHI DHARMA HOME FOR HOMELESS ELDERLY SERVICES, GIWANGAN, UMBULHARJO, YOGYAKARTA CITY

Veronika Cerlinto Perada Liat¹, Nur Hidayat², Nur Anisah³

ABSTRACT

The elderly are a group vulnerable to various physical, social, and psychological changes. One of the most common psychosocial issues they face is loneliness, which can arise due to the loss of a partner, limited social interactions, and lack of family support. Prolonged loneliness can affect mental health, reduce quality of life, and increase the risk of psychological disorders such as depression, anxiety, and stress. Therefore, it is important to understand the relationship between loneliness and mental health in elderly individuals residing in nursing homes. This study aims to determine the relationship between loneliness and mental health among the elderly living in the Budhi Dharma Home for Homeless Elderly Services, Giwangan, Umbulharjo, Yogyakarta City. This research used a quantitative approach with an analytic correlation design and a cross-sectional method. The sample consisted of 35 elderly individuals selected through total sampling. Data were collected using the UCLA Loneliness Scale to assess the level of loneliness and the DASS-42 questionnaire to assess mental health conditions. Data analysis was conducted using the Spearman Rank statistical test. The results showed that the majority of the elderly experienced severe loneliness (80%) and mild to moderate mental health disorders. Statistical tests revealed a significant relationship between loneliness and mental health among the elderly, with a $p\text{-value} = 0.007$ and a correlation coefficient $r = 0.408$. This indicates that the higher the level of perceived loneliness, the lower the mental health status of the elderly. In conclusion, there is a significant positive relationship between loneliness and mental health in the elderly. These findings provide an important basis for nursing home administrators to design more effective interventions to reduce loneliness and improve the psychological well-being of the elderly.

Keywords: *DASS, mental health, loneliness, elderly, UCLA, Budhi Dharma Home*

¹ Student, Nursing Science Study Program, STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

I. PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok usia ≥ 60 tahun yang mengalami peningkatan jumlah secara signifikan baik secara global maupun nasional. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS, 2023), persentase penduduk lansia di Indonesia meningkat menjadi 11,75% pada tahun 2022, dengan angka harapan hidup mencapai 71,85 tahun. Provinsi DI Yogyakarta memiliki persentase lansia tertinggi, yaitu 16,02%, menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kesejahteraan lansia di wilayah ini.

Peningkatan usia pada lansia disertai dengan proses degeneratif secara fisik dan psikologis. Salah satu dampak psikososial yang sering dialami lansia adalah kesepian, yang dapat terjadi akibat kehilangan pasangan hidup, pensiun, berkurangnya aktivitas sosial, serta minimnya interaksi dengan keluarga (Rahmi, 2016). Kesepian dapat memengaruhi kondisi emosional, mengganggu mekanisme koping, serta berdampak pada kualitas hidup dan kesehatan mental lansia (Eliza et al., 2023). Beberapa studi menunjukkan bahwa kesepian berhubungan erat dengan peningkatan risiko gangguan mental seperti depresi, kecemasan, hingga Alzheimer (Astutik, 2019). Penelitian sebelumnya oleh (Beto Suku Rere et al., 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kesepian dengan tingkat depresi pada lansia. Namun, penelitian ini hanya menyoroti aspek depresi, sedangkan aspek kesehatan mental secara umum belum banyak dikaji. Padahal, kesehatan mental mencakup kemampuan individu dalam beradaptasi, mengelola emosi, serta menjaga kesejahteraan psikologis secara menyeluruh (Muna & Adyani, 2021).

Hasil studi pendahuluan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami kesepian yang berdampak pada kondisi psikologis, ditandai dengan perilaku menyendiri, murung, dan kurangnya semangat hidup. Meski telah dilakukan intervensi berupa kegiatan rutin, kesepian belum sepenuhnya teratasi. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kesehatan mental pada lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Umbulharjo, Kota Yogyakarta. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia di lingkungan panti sosial.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasi analitik dan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesepian dan kesehatan mental pada lansia. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2024 hingga Juli 2025 di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di UPT tersebut sebanyak 54 orang. Sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin, sehingga diperoleh 35 responden. Kriteria inklusi yaitu lansia yang bersedia menjadi responden dan mampu berkomunikasi dengan baik, sedangkan kriteria eksklusi meliputi lansia dengan gangguan kognitif berat atau kondisi kesehatan akut. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner UCLA Loneliness Scale Version 3 untuk mengukur tingkat kesepian dan DASS 42 (Depression Anxiety Stress Scale) untuk

mengukur kesehatan mental yang mencakup dimensi depresi, kecemasan, dan stres. Kedua instrumen telah terbukti valid dan reliabel dalam berbagai penelitian sebelumnya. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi Spearman.

Data yang diperoleh melalui pengisian kuesioner dilakukan proses editing, coding, scoring, dan entry menggunakan SPSS. Analisis data meliputi analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan persentase, serta analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

III. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Umur	60–69	9	25.7
	70–79	22	62.9
	>80	4	11.4
Jenis Kelamin	Laki-laki	17	48.6
Status Perkawinan	Perempuan	18	51.4
	Belum menikah	5	14.3
	Cerai mati	22	62.9
	Cerai hidup	8	22.9
Pendidikan Terakhir	Tidak sekolah	5	14.3
	SD	20	57.1
	SMP	6	17.1
	SMA	4	11.4
Alasan Masuk Panti	Keinginan sendiri	15	42.9
	Ditелantarkan	6	17.1
	Tidak ada keluarga	5	14.3
	Faktor ekonomi	4	11.4
	Lainnya	5	14.3
Lama Tinggal	<1 tahun	4	11.4
	1–5 tahun	17	48.6
	>5 tahun	14	40.0
Aktivitas di Panti	Ya	29	82.9
	Tidak	6	17.1
	Stroke	5	14.3
	Lainnya	8	22.9
Total		35	100,0

Sumber: Data Primer 2025

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar lansia berusia 70–79 tahun (62,9%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (51,4%). Status perkawinan terbanyak adalah cerai mati (62,9%) dan pendidikan terakhir sebagian besar pada tingkat sekolah dasar (57,1%). Alasan utama masuk panti adalah keinginan sendiri (42,9%), serta sebagian besar telah tinggal di panti lebih dari satu tahun (88,6%) dan aktif mengikuti kegiatan panti (82,9%). Riwayat penyakit terbanyak yang dialami adalah hipertensi (37,1%), disusul diabetes melitus (25,7%) dan stroke (14,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesenian

Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
sedang	7	20.0
berat	28	80.0
Total	35	100.0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 2 kesepian pada lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Umbulharjo, Kota Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia mengalami kesepian dalam kategori berat, yaitu sebanyak 28 orang (80%), sedangkan 7 orang (20%) lainnya mengalami kesepian dalam kategori sedang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	21	60.0
Sedang	14	40.0
Total	35	100,0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa kesehatan mental pada lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, Umbulharjo, Kota Yogyakarta, diketahui bahwa 60,0% responden mengalami gangguan kesehatan mental kategori ringan dan 40,0% lainnya mengalami gangguan kesehatan mental dalam kategori sedang.

Tabel 4. Hubungan Antara Kesenian Dengan Kesehatan Mental Pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan. Umbulharjo, Kota Yogyakarta.

Kesehian	Kesehatan Mental						Correlation Coefficient	P Value
					Total			
	Ringan		Sedang					
	F	%	F	%	F	%		
Sedang	7	13.2	0	0.0	7	13.2	0.408	0.007
Berat	14	26.4	14	26,4	28	52.8		
Total	21	39.6	14	26,4	35	66.0		

Sumber: Data Primer Diolah 2025

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa, mayoritas 52,8% mengalami kesepian berat, sementara hanya 13,2% mengalami kesepian sedang. Di antara lansia dengan kesepian berat, masing-masing 26,4% memiliki kesehatan mental ringan dan sedang. Seluruh responden dengan kesepian sedang memiliki kesehatan mental ringan. Hasil uji Spearman

menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dan kesehatan mental ($r = 0,408$; $p = 0,007$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian, semakin buruk kondisi kesehatan mental lansia

IV. PEMBAHASAN

Karakteristik Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan. Umbulharjo, Kota Yogyakarta.

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencerminkan gambaran umum lansia yang tinggal di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Giwangan. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 70–79 tahun (62,9%), yang menandakan bahwa mayoritas telah memasuki fase lanjut dalam proses penuaan. Pada tahap ini, lansia umumnya mengalami penurunan fungsi fisik, kognitif, dan psikososial yang dapat memengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini sejalan dengan pendapat (Fitriana et al., 2021) bahwa lansia pada usia tersebut sangat rentan mengalami gangguan psikososial akibat kehilangan peran sosial, meningkatnya ketergantungan, serta berkurangnya kapasitas adaptasi terhadap perubahan.

Dari segi jenis kelamin, proporsi antara laki-laki dan perempuan cukup seimbang, dengan mayoritas responden adalah perempuan (51,4%). Dominasi perempuan dalam populasi lansia merupakan fenomena umum, mengingat angka harapan hidup perempuan cenderung lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Namun, kondisi ini juga berimplikasi pada tingginya angka lansia perempuan yang hidup sendiri tanpa pasangan. Hal ini diperkuat dengan data status perkawinan responden yang menunjukkan sebagian besar telah cerai mati (62,9%). Kehilangan pasangan hidup merupakan faktor signifikan yang dapat memicu kesepian dan tekanan psikologis, sebagaimana disampaikan oleh (Bini' Matillah et al., 2018), yang menyatakan bahwa kehilangan orang terdekat dapat meningkatkan risiko depresi dan perasaan keterasingan pada lansia.

Dari sisi pendidikan, sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan dasar, yakni lulusan SD (57,1%), dan bahkan terdapat responden yang tidak pernah mengenyam pendidikan formal (14,3%). Rendahnya tingkat pendidikan berkorelasi dengan terbatasnya akses terhadap informasi, rendahnya partisipasi dalam kegiatan sosial, serta kesulitan dalam mengelola stres atau memahami layanan kesehatan mental yang tersedia. Kondisi ini membuat lansia lebih rentan terhadap gangguan psikologis, karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam mengatasi tekanan emosional yang muncul di usia tua. Alasan lansia tinggal di panti cukup beragam. Mayoritas menyatakan masuk panti atas keinginan sendiri (42,9%), yang mungkin dipicu oleh kesadaran akan kebutuhan perawatan atau karena tidak ingin merepotkan keluarga. Namun, sebagian lainnya masuk panti karena alasan yang lebih kompleks, seperti ditelantarkan (17,1%) atau tidak memiliki keluarga (14,3%). Data ini menunjukkan bahwa meskipun beberapa lansia tampak mandiri, terdapat indikasi lemahnya sistem dukungan sosial dan keluarga yang seharusnya menjadi penyangga utama dalam kehidupan lansia.

Mayoritas responden telah tinggal di panti lebih dari satu tahun (88,6%). Meskipun demikian, masa tinggal yang lama tidak serta-merta menjamin kondisi psikologis yang lebih baik. Fakta bahwa banyak lansia masih mengalami kesepian dan gangguan kesehatan mental

menunjukkan bahwa waktu tinggal tidak cukup jika tidak disertai dengan intervensi atau dukungan sosial yang bermakna. Hal ini menegaskan pentingnya peran lingkungan sosial dan kualitas interaksi di panti dalam menjaga kesejahteraan psikologis lansia secara berkelanjutan.

Kesepian pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan. Umbulharjo, Kota Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma mengalami kesepian berat (80%). Tingginya angka kesepian ini berkaitan dengan faktor-faktor seperti status cerai mati (62,9%), minimnya kunjungan keluarga, dan terbatasnya interaksi sosial yang bersifat personal. Sebagian besar lansia telah tinggal di panti selama 1–5 tahun tanpa kehadiran keluarga yang aktif berkunjung. Meskipun mereka mengikuti berbagai kegiatan sosial di panti, hal ini belum sepenuhnya mengatasi kebutuhan emosional mereka, terutama yang berkaitan dengan rasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan oleh keluarga.

Kesepian pada lansia muncul sebagai bentuk keterasingan sosial dan emosional, yang sering kali diperburuk oleh hilangnya pasangan hidup, pensiun, serta perubahan peran sosial. Temuan ini didukung oleh penelitian Rahmi (2016), yang menyebutkan bahwa kehilangan fungsi sosial dan peran dalam masyarakat dapat memicu kesepian. Selain itu, (Fitriana et al., 2021) menyebutkan bahwa kurangnya interaksi sosial, lemahnya dukungan keluarga, dan rendahnya keterlibatan dalam aktivitas spiritual menjadi faktor penting yang memengaruhi tingkat kesepian pada lansia.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil studi (Batubara et al., 2022) di Panti Tresna Werda Bengkulu, yang menemukan bahwa sebagian besar lansia mengalami kesepian berat yang berdampak pada kualitas hidup mereka. Penelitian serupa oleh Bini' Matillah, Susumaningrum, dan Ala (2018) juga menunjukkan bahwa lansia yang sebelumnya aktif secara sosial lebih rentan mengalami kesepian saat memasuki masa tua, terutama jika kehilangan pasangan atau mengalami keterbatasan sosial. Dengan demikian, kesepian pada lansia di UPT Budhi Dharma merupakan masalah yang kompleks, dipengaruhi oleh kombinasi faktor sosial, emosional, dan spiritual. Temuan ini menekankan pentingnya peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional dan perlunya intervensi sosial yang lebih personal untuk membantu lansia merasa lebih terhubung dan dihargai dalam lingkungan sosial mereka.

Kesehatan mental pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan. Umbulharjo, Kota Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental para lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma berada dalam kategori yang mengkhawatirkan. Dari 35 responden, sebanyak 21 orang (60%) mengalami gangguan kesehatan mental dalam kategori ringan. Kondisi ini disebabkan oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan, di antaranya penurunan kondisi fisik akibat penyakit kronis seperti hipertensi, yang memperbesar risiko stres dan kecemasan. Lansia dengan gangguan fisik cenderung lebih merasa tidak mandiri dan membutuhkan bantuan dalam aktivitas sehari-hari, sehingga menurunkan kepercayaan diri dan kualitas hidup mereka.

Minimnya interaksi sosial, jaranganya kunjungan keluarga, dan lingkungan sosial yang terbatas juga berkontribusi terhadap meningkatnya rasa kesepian dan keterasingan. Perasaan ditinggalkan dan kurangnya dukungan emosional dari keluarga membuat lansia semakin rentan terhadap gangguan mental. Selain itu, lansia yang berstatus janda atau duda serta memiliki tingkat pendidikan rendah umumnya mengalami kesulitan dalam beradaptasi terhadap perubahan, dan lebih mudah merasakan kehilangan makna hidup serta perasaan tidak berdaya.

Perubahan peran sosial juga menjadi aspek penting yang memengaruhi kesehatan mental lansia. Dari yang sebelumnya memiliki peran aktif dalam keluarga dan masyarakat, lansia di panti mengalami keterbatasan peran, ruang gerak, dan partisipasi sosial. Keadaan ini menimbulkan tekanan emosional, frustrasi, serta menurunnya harga diri. Ketidakmampuan mengelola stres secara mandiri, disertai keterbatasan akses terhadap layanan psikologis, menjadikan lansia berada dalam kondisi mental yang rentan. Keadaan lingkungan dan peran sosial serta intelektual yang dapat menyebabkan tekanan emosional dan menyebabkan munculnya depresi, kecemasan dan stress yang berdampak terhadap kesehatan mental (Anisa & Purwandari, 2023).

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Shalafina et al., 2023) di Kota Banda Aceh, yang juga menunjukkan bahwa mayoritas lansia mengalami gangguan kesehatan mental ringan. Kesamaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa masalah kesehatan mental pada lansia bukan hanya terjadi secara lokal, tetapi juga merupakan isu nasional yang harus menjadi perhatian bersama. Intervensi yang tepat seperti penyediaan layanan konseling, peningkatan frekuensi kunjungan keluarga, serta pemberdayaan lansia melalui kegiatan sosial yang bermakna perlu diterapkan secara berkelanjutan. Dengan demikian, kualitas hidup lansia di panti sosial dapat meningkat, dan risiko gangguan mental dapat diminimalkan.

Hubungan kesepian dengan kesehatan mental pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan. Umbulharjo, Kota Yogyakarta.

Penelitian ini dilakukan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan, untuk mengkaji hubungan antara kesepian dan kesehatan mental pada lansia. Hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,408 dengan nilai signifikansi $p = 0,007$. Karena $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara kesepian dan kondisi kesehatan mental lansia. Semakin tinggi tingkat kesepian, semakin besar kemungkinan lansia mengalami gangguan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi.

Kesepian merupakan bentuk stres emosional akibat tidak terpenuhinya kebutuhan sosial yang bermakna. Lansia di panti sosial umumnya kehilangan koneksi dekat dengan keluarga atau komunitas asal, sehingga merasa tersisih dan tidak berharga. Hal ini dapat memicu gangguan psikologis jangka panjang, seperti meningkatnya kecemasan karena rasa tidak aman, stres akibat keterbatasan kontrol sosial, serta depresi karena perasaan hampa dan kehilangan harapan.

Faktor-faktor seperti tidak memiliki pasangan hidup, tidak tinggal bersama keluarga, dan minimnya interaksi emosional bermakna selama tinggal di panti turut memperkuat

hubungan tersebut. Hasil ini sejalan dengan penelitian Bini'Matillah et al. (2018) yang menyebut bahwa kesepian berdampak pada keseimbangan emosi dan fungsi psikis lansia. Juga didukung oleh penelitian Astutik (2019) yang menunjukkan hubungan signifikan antara kesepian dan psychological well-being pada lansia, serta (Rifiyanto, 2019) yang menemukan hubungan antara kesepian dan stres pada lansia di balai sosial. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kesepian merupakan faktor penting yang berdampak negatif terhadap kesehatan mental lansia, terutama bagi mereka yang tinggal di panti sosial tanpa dukungan emosional yang memadai.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden merupakan lansia berusia 70–79 tahun, berjenis kelamin perempuan, berstatus cerai mati, dan berpendidikan terakhir Sekolah Dasar. Sebagian besar telah tinggal di panti antara 1–5 tahun dengan alasan utama masuk panti karena keinginan sendiri. Para lansia juga cenderung aktif mengikuti berbagai kegiatan yang diselenggarakan di panti, dan banyak di antaranya memiliki riwayat hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa 80% lansia mengalami kesepian dengan tingkat yang berat, dan sebanyak 60% mengalami gangguan kesehatan mental dalam kategori ringan. Hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat kesepian dan kondisi kesehatan mental lansia, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,408 dan $p = 0,007$.

VI. SARAN

Bagi lansia, diharapkan dapat terus mempertahankan dan meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan rutin yang diselenggarakan pihak panti, seperti kegiatan keagamaan, kesenian, keterampilan tangan, posyandu, dan senam lansia. Aktivitas-aktivitas ini berkontribusi positif terhadap rutinitas harian, interaksi sosial, serta kesehatan mental. Lansia juga dianjurkan mengembangkan minat atau hobi sebagai bentuk aktivitas mandiri guna meningkatkan semangat dan kualitas hidup.

Bagi tenaga kesehatan dan pengelola panti, disarankan untuk lebih memperhatikan kondisi psikologis lansia dengan menyediakan dukungan psikososial secara berkala, seperti konseling kelompok atau pendampingan psikologis. Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang ramah dan mendukung interaksi sosial melalui penyediaan ruang berkumpul yang nyaman serta kegiatan rutin yang melibatkan partisipasi lansia secara aktif.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi variabel lain yang mempengaruhi kesehatan mental lansia, seperti dukungan sosial, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Pendekatan *mixed methods* dapat digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif, khususnya terkait pengalaman subjektif lansia terhadap kesepian dan kesehatan mental.

DAFTAR PUSKA

1. Anisa, N., & Purwandari, A. (2023). Analisis Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(2), 535–544. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9669>
2. Astutik, D. (2019). Hubungan Kesenian Dengan Psychological Well-Being Pada Lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar. In *Repository Unair*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/84019>
3. Batubara, S., Hotmatua Siregar, J., & Fuad, A. (2022). Hubungan Tingkat Kesenian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Jompo Tresna Werda Kota Bengkulu. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 12(1), 58–63. <https://doi.org/10.37776/zked.v12i1.971>
4. Beto Suku Rere, T., Rosdiana, Y., & Rahayu H, W. (2024). Hubungan Kesenian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah Wajak Malang. *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 117–126. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.53>
5. Bini'Matillah, U., Susumaningrum, L. A., & A'la, M. Z. (2018). Hubungan Spiritualitas dengan Kesenian pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW). *Pustaka Kesehatan*, 6(3), 438. <https://doi.org/10.19184/pk.v6i3.11589>
6. BPS. (2023). *statistik penduduk lansia*.
7. Eliza, Juanita, & Nurhasanah. (2023). Gambaran Kesenian Pada Lanjut Usia dengan Kehilangan Pasangan. *JIM FKep*, 7(4), 82–88.
8. Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kesenian pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97–104.
9. Muna, Z., & Adyani, L. (2021). Analisis Kesehatan Mental Pada Lansia (Memahami Kebersyukuran Pada Lansia Muslim di Aceh Utara). *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(1), 7. <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i1.3636>
10. Rahmi, F. (2016). Religiusitas Dan Kesenian Pada Lansia Pwri Cabang Koperindag Sumatera Barat. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 17(2), 175. <https://doi.org/10.25077/jantro.v17i2.39>
11. Rifiyanto, M. A. (2019). Hubungan Tingkat Kesenian dengan Stres pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kasongan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Unsyiah*, 6(4), 1–5.
12. Shalafina, M., Ibrahim, & Hadi, N. (2023). The Overview of Mental Health Among Elderly. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 7(4), 90–95. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/24319/13404>