

## **KECEMASAN LANSIA PEREMPUAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL LANSIA DI PSLU HARAPAN KITA PALEMBANG**

*Elderly Women's Anxiety on Mental Health of the elderly in social organizations  
for PSLU Harapan kita Palembang*

Wahyu Mulya Rita, Umi Nur Kholifah, Zet Abdullah

Sekolah Tinggi Ilmu Psikologi Widya Dharma Palembang

e-mail : Mulyarita@gmail.com

### **ABSTRAK**

*Kesehatan mental yang pada umumnya dipengaruhi oleh kecemasan yang sering di alami oleh lansia, kecemasan ialah kekhawatiran yang dirasakan manusia dengan perasaan yang tak berdaya yang disebabkan oleh perasaan yang dirasakan oleh kejadian akan terjadinya bahaya. Penelitian ini bertujuan mengetahui kecemasan lansia perempuan terhadap kesehatan mental pada lansia di PSLU Harapan Kita Palembang. Adapun Penelitian ini dilakukan memakai metode kualitatif dan menggunakan pendekatan deskriptif. Dari hasil penelitian ini lansia perempuan rentan terkena kecemasan yang sangat mendalam, mereka yang seharusnya tinggal bersama keluarga, anak dan cucu mereka malah tinggal di Panti dititipkan oleh anaknya. Banyak lansia perempuan yang menginginkan untuk tinggal bersama keluarganya, tetapi dikarenakan oleh ekonomi serta anak-anaknya sudah dewasa dan merasa tidak membutuhkannya lagi maka lansia perempuan ini dititipkan ke panti tanpa di perhatikan oleh keluarganya lagi. Kesimpulan pada penelitian ini adalah bahwa lanjut usia yang terutama perempuan yang sangat rentan dengan kehidupannya yang sekarang hanya menginginkan tempat yang layak dan di hargai oleh keluarga serta warga sekitar.*

*Kata kunci : kecemasan, kesehatan mental, lansia*

### **ABSTRACT**

*Mental health is generally influenced by anxiety that is often experienced by the elderly, anxiety is a concern that humans feel with feelings of helplessness caused by feelings felt by events that will occur. This study aims to determine the anxiety of elderly women on the mental health in the elderly at PSLU Harapan Kita Palembang. While this research was conducted using qualitative method and using a descriptive approach. From the result of this study, elderly woman are vulnerable to very deep anxiety, those who should live with their families children and grandchildren instead live in orphanages entrusted by their children. Many elderly women who want to live with their families but because of the economy and their children are adults and feel they don't need them anymore, this elderly woman is left in an orphanage without being noticed by her family anymore. The conclusion of this study is that the elderly especially woman, are very vulnerable with their current life, only wanting a place that is decent and respected by their families and local residents.*

*Keywords : anxiety, mental health, elderly*

## PENDAHULUAN

Setiap manusia akan sampai pada di titik tahap akhir dalam hidupnya yaitu lansia atau disingkat sebagai Lanjut Usia, masalah kejiwaan yang senantiasa menyerang manusia ialah kecemasan itu sendiri, pada akhirnya kerentanan yang sering terjadi terhadap kesehatan manusia akan menurun seiring banyaknya perubahan yang terjadi dalam hidupnya mulai dari aspek fisiologis ataupun psikososial. yang paling identik terjadi terhadap usia lanjut ialah kecemasan hal ini ditinjau berdasarkan aspek psikologisnya.

Dengan adanya rasa cemas maka seseorang akan membuat dirinya seolah-olah berada dalam kondisi yang tidak nyaman atau penuh dengan kekhawatiran, seperti ada sesuatu yang menghantuinya dan membuatnya merasa takut dengan berbagai gangguan yang ada dalam pikirannya. hal tersebut justru akan berdampak terhadap aspek yang akan dilakukan oleh lansia dalam kehidupan sehari-harinya dan hal ini juga akan berdampak secara langsung terhadap bagian fisik beserta dengan mental yang dimiliki oleh lansia dari kesehatan jiwa yang ia miliki untuk menjalankan kehidupannya layaknya manusia normal pada umumnya.

Berdasarkan ketentuan yang berlaku dalam UU tepatnya pada nomor 13 tahun 1998 yang mengaitkan kesejahteraan yang diberikan terhadap lanjut usia atau sebutan lain ialah lansia, mereka yang termasuk ke dalam golongan lansia apabila telah memasuki usia sekitar 60 tahun lebih. bahkan jika mengalami perbandingan terhadap beberapa kelompok usia yang berbeda maka potensi utama yang berhasil diduduki oleh lansia mengalami tingkat pertumbuhan yang begitu pesat dan signifikan.

Bahkan terdapat suatu kondisi yang menunjukkan terjadinya ledakan akibat banyaknya dan pesatnya pertumbuhan yang terjadi terhadap penduduk lanjut usia tahun 2010. jika diperkirakan telah berada pada posisi 9,77% yang berada dalam jangkauan tahun 2010 sehingga akan mengalami peningkatan pada tahun 2020 menjadi 11,34% yang Bahkan dalam pencatatan akhir berjumlah 28,87 orang.

Tetapi berdasarkan perkiraan ada beberapa pihak yang termasuk ke dalam golongan Rentan maka yang menjadi penunjukan secara universal ialah lansia itu sendiri untuk mengalami perubahan sosialnya. adanya harapan yang dimiliki oleh mereka sendiri untuk mendapatkan perawatan serta penghargaan atas usia

yang telah mereka miliki di masa tua sebagai pihak yang telah menganut kehidupan yang bersifat tradisional akan diinterpretasikan oleh anak yang mereka miliki.

Namun tidak dapat dipungkiri bahwa beberapa pihak dari kalangan anak muda justru tidak mampu mencerminkan harapan yang diinginkan dari penduduk Lanjut Usia Dimana mereka tidak memberikan rasa hormat penuh hal ini diikuti dengan ketidak adanya harapan anak untuk mendapatkan uang dari orang tuanya dan merasa bahwa dirinya telah Mandiri sehingga tidak perlu menghormati orang tuanya, hal ini juga diikuti dengan sibuknya aktivitas yang dilakukan oleh anak muda sehingga melupakan untuk memberikan perhatian penuh terhadap orang tuanya yang pada usianya tersebut sangat membutuhkan perhatian.

Sehingga beberapa hal yang terjadi tersebut akan memberikan dampak secara langsung dari aspek psikologis bagi lanjut usia juga akan berkenaan dengan tingkat kesejahteraan yang diperolehnya (Isfandiari & Qonitah, 2015)

Sementara itu Kecemasan sendiri merupakan salah satu yang paling relevan terjadi bagi penduduk usia lanjut. beberapa hal menyebabkan individu mengalami rasa

kecemasan yang tinggi dan hal tersebut ditinjau berdasarkan aspek psikologis yang membuat usia lanjut terkadang merasa dirinya tidak mampu untuk mengatasi Segala persoalan yang ada dan akan menimbulkan rasa gelisah yang tak menentu hingga pada akhirnya akan merasa takut seperti tidak memperoleh keamanan penuh. sehingga secara langsung akan memberikan dampak pada cerminan diri penduduk usia lanjut ketika mengalami kecemasan hal ini Dilihat berdasarkan aspek fisiologisnya.

Adapun diantaranya seperti (gemetar tidak karuan, keringat mendidih, kuatnya debaran jantung) sementara jika ditinjau berdasarkan aspek psikologis yang terjadi ialah (merasa menjadi lebih cemas, penuh dengan ketegangan, Dilema, hilangnya rasa fokus (Az-Zahrani & Said, 2005).

Namun pada umumnya jika dilakukan perbandingan antara kecemasan dengan rasa takut sesungguhnya yang dialami oleh manusia memiliki perbedaan yang signifikan hal tersebut dapat dilihat berdasarkan pengetahuan masyarakat pada umumnya. jika menganggap kata rasa takut tersebut hanya berpikiran bahwa sesuatu yang membuatnya merasa takut memiliki dampak yang buruk terhadap dirinya atau mengandung sesuatu yang

sifatnya berbahaya ya namun bagi lansia itu sendiri ketika mengalami kecemasan hal tersebut merupakan bagian dari tanggapan yang muncul akan perasaannya (Stuart, 2013).

Sementara jika ditinjau berdasarkan akumulasi tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia berkisar 5,5%. sementara jika ditinjau berdasarkan tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia tersendiri merupakan bagian dari tingkat fobia yang jika diperkirakan berjumlah 4-8%. pada umumnya Setelah mengalami perubahan usia atau mencapai taraf dewasa beberapa individu akan mulai mengalami kecemasan dalam dirinya namun tidak dapat dipungkiri bahwa kecemasan yang dialami oleh lansia bisa saja merupakan kecemasan pertama kali yang didapatkan bahkan setelah kisaran umurnya sesudah 60 tahun (Elvira & Hadisukanto, 2013). Berdasarkan Penelitian yang di lakukan penulis di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang, petugas panti mengatakan bahwa jumlah lansia di PSLU HK Palembang ada 60 orang yang terdiri dari perempuan dan laki-laki, yang di tinggalkan keluarganya bahkan di telantarkan keluarganya sehingga dia tinggal di panti PSLU HK ini, 80 % lansia ini dapat dari tangkapan pol PP yang razia,

dan 20 % yang sengaja di titipkan keluarganya kepanti ini.

Dari hasil wawancara terhadap 10 lansia bahwa dia tidak mempunyai pasangan (tidak menikah) dan ada yang ditinggal suaminya karena tidak dapat mempunyai anak, dan memutuskan untuk tinggal di panti dengan alasan agar tidak kesepian, dari hasil wawancara tersebut terhadap 10 lansia, diantaranya mengalami kecemasan seperti perasaan khawatir, gelisah, sakit kepala, mudah tersinggung dan susah berkonsentrasi.

Penulis tertarik untuk meneliti tentang kecemasan yang dihadapi lansia, karena pada kasus ini menunjukkan bahwa lansia perempuan sangat rentan terkena kecemasan yang mengakibatkan kesehatan mental terganggu salah satunya menyebabkan keputusan, kondisi fisiknya menurun, tekanan batin bahkan kehilangan jati diri lansia tersebut. Maka dari itu penulis tertarik untuk membahas tentang “kecemasan lansia perempuan terhadap kesehatan mental lansia di panti sosial lanjut usia harapan kita Palembang

## **METODE PENELITIAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh penulis terhadap penelitian ini ialah menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun pemaknaan terhadap

pendekatan kualitatif itu sendiri bertujuan untuk mengkaji suatu peristiwa sesuai dengan penetapan yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek yang ditentukan, kan melalui pendeskripsian yang dapat diinterpretasikan melalui bahasa, Sasa yang bersifat alamiah dan menggunakan beberapa ketersediaan metode yang bersifat ilmiah (Meolong, 2007).

Sementara itu jika ditinjau sesuai dengan pendekatan deskriptif yang dimanfaatkan oleh peneliti berdasarkan penelitian ini: ialah suatu upaya yang dilaksanakan oleh peneliti agar dapat memberikan solusi atas permasalahan yang didapat sesuai dengan perolehan data-data yang dibutuhkan dari jenis penelitian ini yang dimanfaatkan oleh peneliti untuk mendapatkan segala bentuk informasi yang dibutuhkan terkait kecemasan lansia perempuan yang ditinjau berdasarkan ketentuan tempat yang telah ditetapkan yaitu Harapan Kita Palembang dengan mendalam dan spesifik.

Sehingga Adapun harapan lain dari peneliti mampu memberikan pemaparan yang jelas terkait permasalahan yang benar adanya terjadi pada lansia perempuan yang berada di Panti tersebut.

Menggunakan metode penelitian agar memperoleh Suatu data yang bersifat valid sesuai dengan ketentuan awal dari peneliti untuk merealisasikan tujuan yang ingin dicapai sehingga mendapatkan pembuktian yang jelas, dengan demikian dapat memahami serta mengetahui solusi yang tepat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang muncul. sementara itu berdasarkan pendapat (Achmadi et al., 2009) yang dimaksud dengan metode penelitian ialah: ah tindakan yang dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk melakukan pencarian, pencatatan serta mampu melakukan analisis terhadap hasil laporan yang didapatkan.

a. Data primer, berdasarkan perolehan data tersebut diinterpretasikan melalui lisan, dan menentukan dari subjek yang telah disesuaikan oleh peneliti berdasarkan kriteria yang ditetapkan, ialah untuk mendapatkan informasi sesuai dengan variabel yang sedang diteliti atau mendapatkan langsung data yang dibutuhkan berdasarkan responden pertama dengan cara langsung tanpa adanya perantara (Arikunto, 2010)

pengertian dari metologi penelitian adalah : suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan dan menganalisis sampai menyusun laporannya.

b. Data sekunder, berdasarkan hasil penelitian ini maka didapatkan Melalui penggunaan data berjenis primer. untuk mendapatkannya maka harus melakukan observasi atau pengamatan yang langsung dilakukan oleh peneliti berdasarkan dari berbagai sumber mulai dari khususnya studi pustaka. sehingga dapat diartikan bahwa perolehan dari penggunaan data tersebut berasal dari tulisan atau berbentuk dokumen yang didalamnya terdapat tabel ataupun catatan serta berisikan foto dan lain sebagainya. (Arikunto, 2010).

## PEMBAHASAN

Ibu 'SK' lansia perempuan yang bertubuh tinggi memiliki rambut yang lurus, dan berkulit sawo matang, tempat tanggal lahir beliau yaitu Palembang, 25 oktober 1946 masuk ke panti pada tanggal 15 agustus 2017 umur lansia ini 75 tahun, ibu 'SK' masuk ke panti karena dia ditelantarkan anaknya beserta keluarganya, dikarenakan keluarganya yang sibuk bekerja sehingga tidak ada waktu untuk melayani ibu 'SK'. Ibu SK mempunyai 2 anak laki-laki yang kini sudah menikah dan sibuk dengan bisnisnya. Oleh karena itu ibu SK dititipkan oleh keluarganya di PSLU Harapan Kita Palembang,

Sedangkan dengan ibu 'SR' yang berasal dari jalan pangeran ayin Palembang, masuk ke panti pada tanggal 25 oktober 2018 umur 63 tahun, lahir di Jambi, 20 oktober 1958. Ibu 'SR' ini mempunyai anak angkat perempuan dan ibu 'SR' memiliki kekayaan yang cukup banyak dan mempunyai sebuah kos-kosan, setelah anak angkatnya itu meranjak dewasa dan ibu 'SR' berusia lanjut anaknya tidak mau mengurusnya dan menitipkannya ke PSLU Harapan Kita Palembang. Setiap bulan anaknya ke panti untuk meminta tanda tangan hanya untuk mengambil uang bayaran kos-kosan yang telah di buat oleh ibu 'SR'. Beliau merasa sakit hati dengan tingkah laku anak angkatnya itu sehingga ibu 'SR' merasa tidak ikhlas sehingga membuat dirinya seperti tidak berguna dan menyesal telah mempercayai orang lain yang sudah dia anggap sebagai anaknya sendiri tapi malah mengkhianatinya.

Berbeda dengan ibu 'R' tempat tanggal lahir Sekayu, 03 juli 1955, masuk ke panti pada tanggal 7 Agustus 2020 umur 67 tahun, beliau masuk ke panti dikarenakan ditinggalkan anak perempuannya yang sudah menikah dan mempunyai keluarga baru, serta suaminya meninggalkan dirinya tanpa ada kata cerai dan menikah dengan orang lain. Sebelumnya beliau juga pernah

ikut cucunya sendiri dan hidup bersama cucunya setelah tidak diurus anaknya, tapi dikarenakan cucunya sendiri tidak bisa mencukupi kehidupan mereka akhirnya cucunypun meninggalkannya. Setelah itu beliau meminta tolong tetangga serta RT dan RW setempat untuk menolong beliau untuk melengkapi persyaratan untuk masuk ke PSLU harapan Kita Palembang.

Usaha ibu 'R' akhirnya terkabul dan ibu 'R' di antar warga untuk pindah ke PSLU harapan Kita Palembang tanpa sepengetahuan anaknya, walaupun demikian anaknya pun tidak mencari beliau dan tidak peduli sama sekali, tapi setidaknya ada yang mengurus beliau walaupun harus tinggal di PSLU harapan Kita Palembang.

Hasil penelitian diperoleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi yang dilakukan kepada sejumlah subjek untuk mengetahui adakah kecemasan yang di hadapi lansia terhadap kesehatan mental lansia di panti sosial lanjut usia harapan kita Palembang, para subjek memberikan keterangan:

“Tidak mudah untuk menyesuaikan diri dengan keadaan ini, terkadang merasa sedih bisa tinggal disini dan merasa sangat tidak berarti, yang seharusnya dirumah untuk mengurus cucu dan kumpul dengan

keluarga tapi malah beakhir dipanti ini, yang seharusnya sekarang hidup dengan nyaman aman dan damai. (Hasil wawancara dengan ibu SK salah satu lansia perempuan, (12 juli 2021)

Hasil wawancara yang diberikan dengan ibu SK berbeda dengan ibu SR adalah sebagai berikut :

“Dengan mengalami kehidupan seperti ini merasakan yang sangat tidak bisa diduga, awalnya mengharapkan hidup yang bahagia akhirnya berujung kesini walaupun ini bukan kemauan kita sendiri. Terkadang harapan tidak sesuai dengan kenyataan yang biasanya anak harus mengurus orang tuanya, malah dititipkan disini. (17 Juli 2021)

Kemudian keterangan yang diberikan oleh ibu SK dan ibu SR berbeda dengan ibu R, sebelumnya ibu R menjelaskan bahwa ke panti ini atas kemauan nya sendiri.

“Awalnya hidup dirumah bersama anak perempuan seketika anak perempuan menikah dan memutuskan untuk tinggal bersama suaminya maka memutuskan untuk meminta bantuan warga sekitar untuk menyiapkan data – data agar dapat diproses untuk pemindahan ke panti ini, dan anak tidak tau sama sekali kalau disini

dan tidak memberitahunya bahkan dia tidak mencariku. (20 juli 2021)

## KESIMPULAN

Sesuai dengan perolehan dari penelitian yang dilakukan berjenis kualitatif dan mendapatkan datanya melalui beberapa penggunaan teknik seperti observasi, kegiatan wawancara dan dokumentasi yang dilaksanakan tepatnya di Panti sosial lanjut usia harapan kita Palembang tentang kecemasan lansia perempuan terhadap kesehatan mental manusia maka bagi penulis berupaya untuk menarik suatu kesimpulan. maka Adapun kesimpulannya ialah:

1. Berdasarkan hasil perolehan yang didapatkan dari peneliti baik ditinjau berdasarkan aspek sosial dan psikologi dari lansia itu sendiri, dan hal tersebut dapat dilihat berdasarkan Mengalami penurunan nya pada tingkat mental yang dimiliki oleh lansia dan merasa bahwa dirinya tidak mempunyai siapa-siapa. hal ini biasanya kecenderungan dialami oleh lansia ketika keluarga yang ia miliki telah sibuk dengan aktivitasnya masing-masing. sehingga Adapun ancaman yang didapatkan bagi lansia ketika mengalami penurunan terhadap aspek kesehatan yang dimiliki, dan

akan mengalami perubahan sosial yang paling besar memungkinkan terjadi terhadap Lanjut Usia. pada dasarnya ketidak sesuaian Harapan yang dimiliki oleh lansia ketika masa tuanya mendapatkan segala bentuk perawatan dari keluarganya justru sebaliknya. Hal ini dapat dilihat dengan perbedaan dari nilai yang dianut oleh eh anak-anak zaman kini Dengan dahulu kala.

2. Sementara jika ditinjau berdasarkan aspek sosial ekonomi yang senantiasa ditemui pada setiap manusia adalah merasa tidak mempunyai keluarga, tidak mencukupi kebutuhan ekonominya, besarnya pertentangan yang terjadi pada kalangan keluarga sehingga membuat kesehatan mentalnya juga ikut terganggu dilihat dari usia yang dimilikinya kini. sehingga tak jarang mereka mengalami suatu perasaan yang menunjukkan bahwa dirinya tidak mempunyai siapapun.

3. Ada beberapa hal yang menyebabkan lansia merasa kesepian atau sendiri disebabkan tidak adanya partner hidup, teman ataupun keluarga yang dekat dengannya. Kecamatan merupakan salah satu tanggapan atau umpan balik yang dimiliki oleh

seseorang berdasarkan terhadap sesuatu yang pernah terjadi pada hidupnya dan membuatnya merasa tidak bahagia sehingga menimbulkan beberapa perasaan yang bersifat negatif mulai dari rasa cemas tidak karuan serta ketakutan yang menggejolak. dengan bahwa Kecamatan yang terjadi pada subjek mengalami emosi subjek Hal ini disebabkan adanya keterkaitan dari perasaan yang mengikuti membuatnya merasa tidak bahagia dan hal tersebut muncul karena beberapa hal mulai dari adanya ancaman, serta memperoleh sesuatu yang membuatnya merasa tidak aman dan lain sebagainya.

Hubungan antara IMT dan Kemandirian fisik dengan gangguan mental emosional pada lansia. *Jurnal Berkala Epimiologi*, 3, 1–11.

Meolong, L. J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif, Edisi Revisi*. PT Remaja Rosdakarya.

Stuart, G. W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, Abu, & Narbuko, C. (2009). *Metodelogi Penelitian*. Bumi Aksara.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Az-Zahrani, & Said, M. Bin. (2005). *Konseling Terapi*. GemaInsani Press.
- Elvira, & Hadisukanto. (2013). Buku ajar psikiatri. *Jurnal Kedokteran*, 34, 126–130.
- Isfandiari, A. ., & Qonitah, N. (2015).