

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penuaan merupakan proses perkembangan yang bersifat alamiah, dinamis, dan tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Proses ini berlangsung secara bertahap sepanjang rentang kehidupan serta ditandai oleh berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang saling memengaruhi satu sama lain (Papalia, Wendkos-Olds, & Duskin-Feldman, 2009; Ohoitenan & Agustina, 2020). Seiring bertambahnya usia, individu mengalami penurunan fungsi fisiologis, perubahan kondisi kesehatan, berkurangnya kapasitas fisik, serta perubahan peran dan relasi sosial yang menuntut kemampuan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan kehidupan. Apabila individu tidak mampu beradaptasi secara optimal terhadap perubahan tersebut, maka berbagai permasalahan psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, kesepian, hingga ketakutan menghadapi kematian dapat muncul dan memengaruhi kualitas kehidupannya (Budiono & Rivai, 2021; Fadhli & Sari, 2021; Humaniora & Seni, 2017).

Fenomena *ageing population* atau penuaan penduduk saat ini menjadi salah satu perubahan demografis terbesar di dunia. World Health Organization (WHO, 2024) memproyeksikan bahwa populasi lanjut usia di dunia akan terus meningkat hingga melampaui dua miliar jiwa pada tahun 2050. Peningkatan tersebut merupakan konsekuensi dari meningkatnya angka harapan hidup, kemajuan pelayanan kesehatan, serta menurunnya angka kematian yang secara keseluruhan mencerminkan keberhasilan pembangunan di berbagai negara (BPS, 2024; Hadipranoto, Satyadi, & Rostiana, 2020). Indonesia sendiri telah memasuki struktur penduduk menua (*ageing population*) sejak tahun 2021 dengan persentase penduduk lanjut usia yang terus meningkat dalam satu dekade terakhir (BPS, 2024; Adioetomo & Pardede). Di antara kelompok lanjut usia tersebut, proporsi terbesar

berada pada rentang usia 60–69 tahun, yaitu sebesar 63,59% (Sari dalam Nabilah et al., 2025).

Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia merupakan indikator positif dari keberhasilan pembangunan nasional, namun pada saat yang sama menghadirkan berbagai tantangan baru bagi keluarga, masyarakat, maupun pemerintah dalam memenuhi kebutuhan lansia secara fisik, psikologis, sosial, ekonomi, dan spiritual. Apabila peningkatan jumlah lansia tidak diimbangi dengan sistem dukungan yang memadai, berbagai permasalahan seperti penelantaran, ketergantungan, kesepian, penurunan kualitas hidup, hingga terganggunya kesejahteraan psikologis berpotensi semakin meningkat (Khoirunnisa & Nurchayati, 2023; Rodriguez-Martinez et al., 2023; Susanti et al., 2021). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pembangunan tidak hanya diukur melalui meningkatnya angka harapan hidup, tetapi juga melalui kemampuan individu untuk menjalani masa lanjut usia secara sehat, bermakna, dan sejahtera.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, masa lanjut usia merupakan tahap perkembangan yang tetap memiliki tugas-tugas perkembangan dan tantangan penyesuaian yang harus dihadapi individu. Berbagai perubahan yang menyertai proses penuaan, seperti menurunnya kondisi kesehatan, berkurangnya kemandirian, kehilangan pasangan hidup, pensiun, berkurangnya peran sosial, hingga perubahan struktur keluarga dapat menjadi sumber tekanan psikologis apabila individu tidak mampu menyesuaikan diri secara adaptif (Papalia, Wendkos-Olds, & Duskin-Feldman, 2009; Maulia et al., 2024; Nasrun, 2024). Oleh karena itu, perhatian terhadap aspek psikologis pada masa lanjut usia menjadi sama pentingnya dengan perhatian terhadap kesehatan fisik, karena keduanya saling berkontribusi terhadap kualitas kehidupan lansia secara menyeluruh.

Salah satu indikator penting yang menunjukkan keberfungsian psikologis lansia adalah *psychological well-being* (PWB). Berbeda dengan pandangan yang memaknai kesehatan mental hanya sebagai ketiadaan gangguan psikologis, pendekatan psikologi positif memandang bahwa individu dikatakan memiliki kondisi psikologis yang optimal apabila mampu menjalankan fungsi-fungsi psikologisnya secara positif. Ryff (1989; 1995) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi optimal fungsi psikologis yang tercermin melalui

kemampuan individu untuk menerima dirinya (*self-acceptance*), membangun hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), memiliki otonomi (*autonomy*), mampu mengelola lingkungan kehidupannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta terus mengembangkan potensi dirinya (*personal growth*). Keenam dimensi tersebut menggambarkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia, tetapi juga dengan kemampuan individu menjalani kehidupan yang bermakna dan berfungsi secara optimal.

Pada masa lanjut usia, pencapaian *psychological well-being* menjadi semakin penting karena berbagai perubahan yang dialami lansia berpotensi memengaruhi setiap dimensi kesejahteraan psikologis tersebut. Lansia dituntut untuk mampu menerima perubahan kondisi fisik, mempertahankan hubungan interpersonal yang bermakna, menyesuaikan diri terhadap perubahan lingkungan, tetap memiliki tujuan hidup, serta menemukan makna baru dalam kehidupannya meskipun menghadapi berbagai keterbatasan. Sebaliknya, apabila proses penyesuaian tersebut tidak berlangsung secara optimal, lansia berisiko mengalami penurunan *psychological well-being* yang dapat tercermin melalui berkurangnya penerimaan diri, hilangnya makna hidup, menurunnya kualitas hubungan sosial, rendahnya kemandirian, hingga berkurangnya kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan kehidupan (Ryff, 1989; Ryff, 1995).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia tidak hanya menuntut perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga terhadap kesejahteraan psikologis sebagai salah satu indikator penting keberhasilan proses penuaan. Dengan demikian, pemahaman mengenai berbagai faktor yang memengaruhi *psychological well-being* pada lansia menjadi isu yang semakin relevan untuk dikaji, terutama pada kelompok lansia yang menghadapi tuntutan adaptasi terhadap perubahan kehidupan yang lebih kompleks.

Sebagai bentuk perlindungan dan pelayanan sosial bagi lanjut usia terlantar, pemerintah Indonesia menyelenggarakan pelayanan kesejahteraan sosial melalui Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW). PSTW merupakan lembaga pelayanan sosial yang bertujuan memenuhi kebutuhan dasar lansia secara komprehensif, tidak hanya

dalam aspek fisik, tetapi juga aspek sosial, psikologis, dan spiritual. Melalui berbagai layanan seperti pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari, pelayanan kesehatan, bimbingan sosial, pembinaan mental dan spiritual, serta berbagai aktivitas rekreasional, PSTW diharapkan mampu membantu lansia menjalani masa tua secara lebih bermakna dan sejahtera.

Meskipun demikian, kehidupan di lingkungan panti sosial tidak selalu mudah dijalani oleh setiap lansia. Dalam budaya masyarakat Indonesia yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan, tinggal di panti sering kali dipersepsikan sebagai pengalaman yang sarat dengan perubahan kehidupan, baik berupa berpisah dari keluarga, kehilangan lingkungan tempat tinggal sebelumnya, maupun perubahan peran sosial yang telah lama dimiliki (Arini, Hamiyati, & Tarma, 2016). Selain itu, lansia juga harus menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal yang baru, pola aktivitas yang berbeda, aturan institusi, keterbatasan privasi, serta membangun kembali hubungan sosial dengan sesama penghuni maupun petugas panti. Bersamaan dengan perubahan tersebut, penurunan kondisi fisik dan meningkatnya ketergantungan terhadap bantuan orang lain dapat semakin memperberat proses penyesuaian diri pada masa lanjut usia (Astuti et al., 2023).

Berbagai perubahan tersebut menunjukkan bahwa kehidupan di panti sosial bukan hanya menghadirkan tantangan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga menuntut kemampuan lansia untuk beradaptasi terhadap lingkungan kehidupan yang baru. Oleh karena itu, kualitas kehidupan lansia di lingkungan institusional tidak hanya dipengaruhi oleh tersedianya fasilitas dan pelayanan sosial, tetapi juga oleh bagaimana lansia mampu membangun hubungan dengan lingkungan sekitarnya, memaknai perubahan yang dialami, serta mempertahankan keberfungsian psikologisnya dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan pada masa lanjut usia.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti sosial cenderung lebih rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga. Andika, Ningtyias, dan Sulistiyani (2021) menemukan bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga umumnya memiliki kualitas hidup dan dukungan emosional yang lebih baik dibandingkan lansia yang tinggal di PSTW. Sehingga, meskipun panti sosial menyediakan layanan dasar yang

cukup memadai, keterbatasan kedekatan emosional dan munculnya perasaan “ditinggalkan” oleh keluarga tetap menjadi faktor yang memengaruhi kondisi psikologis lansia di panti. Hal ini terjadi karena kedekatan dengan anggota keluarga memungkinkan lansia memperoleh dukungan emosional, rasa memiliki, serta kesempatan mempertahankan peran sosial yang sebelumnya dimiliki. Sebaliknya, keterbatasan interaksi dengan keluarga dan perubahan lingkungan sosial di panti dapat menjadi tantangan tersendiri bagi sebagian lansia dalam mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Namun demikian, berbagai temuan yang lebih mutakhir menunjukkan bahwa kesejahteraan lansia tidak semata-mata ditentukan oleh status tempat tinggal, melainkan oleh kualitas lingkungan psikososial yang dialami serta kemampuan individu dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan tersebut. Dalam Seminar Nasional KPIN Hari Lanjut Usia Tahun 2026, Angela O. memaparkan hasil penelitian yang membandingkan lansia yang tinggal di panti dan non-panti. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak seluruh aspek kesejahteraan berbeda secara signifikan di antara kedua kelompok. Pada beberapa aspek kepuasan hidup, lansia yang tinggal di panti bahkan menunjukkan tingkat kepuasan yang relatif lebih baik ketika lingkungan tempat tinggal mampu mendukung kemandirian, memberikan aktivitas yang bermakna, serta mengurangi perasaan menjadi beban bagi keluarga. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis lansia lebih dipengaruhi oleh kualitas pengalaman hidup dan dukungan yang diperoleh dari lingkungan dibandingkan semata-mata oleh lokasi tempat tinggalnya.

Pemahaman tersebut menjadi penting karena menunjukkan bahwa kehidupan di panti sosial tidak dapat secara langsung diasumsikan identik dengan rendahnya kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, lingkungan panti dapat menjadi faktor yang mendukung maupun menghambat kesejahteraan psikologis lansia, bergantung pada bagaimana lansia memaknai kehidupannya, memanfaatkan sumber daya yang tersedia, serta membangun hubungan dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Dengan demikian, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang berperan dalam membentuk *psychological well-being* lansia di lingkungan pelayanan institusional.

Dalam penelitian ini, pemilihan Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Mulia 3 Jakarta dilakukan secara *purposive* dengan mempertimbangkan kesesuaian karakteristik lokasi penelitian terhadap tujuan penelitian. PSTW Budi Mulia 3 merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis (UPT) di bawah Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta yang memberikan pelayanan jangka panjang kepada lansia terlantar dengan karakteristik penghuni yang beragam, baik dari sisi usia, kondisi kesehatan, riwayat sosial, maupun latar belakang keluarga. Keberagaman karakteristik tersebut memberikan konteks yang kaya untuk memahami dinamika *psychological well-being* lansia dalam kehidupan pelayanan institusional, sehingga pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan ilmiah mengenai kesesuaian karakteristik populasi dengan fokus penelitian, bukan semata-mata karena kemudahan akses penelitian.

Selain itu, nama PSTW Budi Mulia 3 Jakarta dicantumkan secara eksplisit dalam judul penelitian karena lokasi penelitian merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari konteks ilmiah penelitian. Setiap panti sosial memiliki karakteristik lingkungan, sistem pelayanan, budaya organisasi, serta karakteristik penghuni yang berbeda sehingga dapat membentuk pengalaman psikologis yang berbeda pula pada lansia. Oleh karena itu, pencantuman lokasi penelitian dalam judul dimaksudkan untuk memperjelas ruang lingkup penelitian, karakteristik subjek penelitian, serta batasan interpretasi dan generalisasi hasil penelitian agar sesuai dengan konteks tempat penelitian dilaksanakan.

Menariknya, berdasarkan hasil asesmen awal yang dilakukan peneliti, PSTW Budi Mulia 3 Jakarta telah menyediakan berbagai layanan yang relatif komprehensif, meliputi pelayanan kesehatan, pendampingan sosial, kegiatan pembinaan mental dan spiritual, aktivitas rekreasional, serta berbagai program yang dirancang untuk mendukung kesejahteraan lansia. Akan tetapi, keberadaan berbagai layanan tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh tercapainya kondisi *psychological well-being* yang optimal pada seluruh penghuni. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian lansia masih memperlihatkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, kurang berpartisipasi dalam kegiatan bersama, kehilangan motivasi menjalani aktivitas sehari-hari, serta memandang kehidupannya secara pasif. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa pemenuhan kebutuhan fisik dan

penyediaan layanan institusional saja belum tentu cukup untuk mendukung kesejahteraan psikologis lansia. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai berbagai faktor psikologis yang berkontribusi terhadap *psychological well-being* lansia dalam konteks kehidupan di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.

Fenomena tersebut tampak secara nyata pada kehidupan lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Mulia 3 Jakarta. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan asesmen awal yang dilakukan peneliti sebelum penelitian utama dilaksanakan, PSTW Budi Mulia 3 merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis di bawah Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta yang menampung sekitar ± 358 lansia dengan mayoritas penghuni perempuan dan rentang usia yang didominasi kelompok usia 70–80 tahun. Sebagian besar penghuni merupakan lansia terlantar yang berasal dari hasil penjangkauan jalanan maupun rujukan masyarakat, sehingga hanya sebagian kecil yang masih memperoleh dukungan aktif dari keluarga. Kondisi tersebut menjadikan PSTW Budi Mulia 3 sebagai lingkungan yang mempertemukan lansia dengan latar belakang kehidupan, pengalaman kehilangan, serta kebutuhan psikososial yang sangat beragam.

Meskipun berbagai layanan institusional telah tersedia, hasil asesmen menunjukkan bahwa tidak seluruh lansia mampu menyesuaikan diri secara optimal terhadap kehidupan di lingkungan panti. Beberapa lansia terlihat aktif mengikuti kegiatan, membangun relasi dengan sesama penghuni, serta menunjukkan sikap positif dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, sebagian lainnya memperlihatkan kecenderungan menarik diri dari aktivitas bersama, lebih banyak menghabiskan waktu di kamar, berpartisipasi secara pasif dalam kegiatan yang diselenggarakan panti, serta menunjukkan penurunan motivasi untuk terlibat dalam aktivitas sosial. Perbedaan respons tersebut menunjukkan bahwa pengalaman hidup di lingkungan institusional dimaknai secara berbeda oleh setiap lansia dan berpotensi memengaruhi tingkat *psychological well-being* yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pendamping maupun lansia, peneliti menemukan berbagai fenomena yang mengindikasikan adanya tantangan pada beberapa dimensi *psychological well-being* sebagaimana dikemukakan oleh Ryff (1989). Pada dimensi *self-acceptance*, sebagian lansia

belum sepenuhnya menerima kondisi kehidupannya setelah tinggal di panti. Hal tersebut tampak dari berbagai ungkapan yang menunjukkan bentuk penerimaan diri yang lebih bersifat pasif, seperti "*mau bagaimana lagi*" atau "*tidak ingin merepotkan anak*." Ungkapan tersebut menggambarkan adanya kecenderungan menerima keadaan sebagai bentuk kepasrahan terhadap situasi hidup, namun belum sepenuhnya mencerminkan penerimaan diri yang disertai kemampuan memaknai pengalaman hidup secara positif.

Pada dimensi *positive relations with others*, hasil wawancara terpimpin menunjukkan bahwa sebagian lansia masih merasakan kehilangan hubungan emosional dengan anggota keluarga maupun lingkungan sosial yang sebelumnya dimiliki. Minimnya kunjungan keluarga serta berkurangnya interaksi dengan orang-orang terdekat menyebabkan beberapa lansia masih merasakan kesendirian meskipun tinggal bersama banyak penghuni lain. Selain itu, hubungan antarpenghuni tidak selalu berjalan harmonis karena masih ditemukan konflik-konflik kecil, perbedaan karakter, sensitivitas emosional, maupun kecenderungan menghindari interaksi sosial. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberadaan lingkungan sosial yang padat belum tentu diikuti oleh terbentuknya hubungan interpersonal yang bermakna.

Fenomena lain juga tampak pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth*. Hasil asesmen menunjukkan bahwa sebagian lansia mengalami penurunan orientasi terhadap masa depan serta berkurangnya motivasi untuk mengembangkan diri. Beberapa lansia mengungkapkan bahwa kehidupannya di panti lebih banyak diisi dengan menunggu waktu berlalu tanpa memiliki tujuan yang jelas. Salah seorang lansia bahkan menyampaikan bahwa "*kami di sini sudah siap mati, bukan hidup lagi*." Ungkapan tersebut menunjukkan bahwa sebagian lansia memandang kehidupannya lebih berorientasi pada akhir kehidupan dibandingkan pada upaya menemukan makna, tujuan, maupun pengalaman baru selama menjalani masa lanjut usia.

Tantangan juga terlihat pada dimensi *environmental mastery* dan *autonomy*. Meskipun panti telah menyediakan berbagai fasilitas dan program kegiatan, tidak semua lansia mampu memanfaatkan lingkungan tersebut secara optimal. Sebagian lansia tampak kurang memiliki inisiatif untuk mengikuti kegiatan yang tersedia,

lebih memilih bergantung pada arahan pendamping, serta menunjukkan kecenderungan pasif dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan untuk mengelola lingkungan kehidupan, mempertahankan kemandirian, serta mengambil keputusan bagi dirinya sendiri belum berkembang secara optimal pada sebagian penghuni panti.

Secara keseluruhan, berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan yang dihadapi lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik maupun pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi juga menyentuh berbagai dimensi *psychological well-being*, mulai dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, otonomi, hingga pertumbuhan pribadi. Dengan demikian, kondisi kesejahteraan psikologis lansia di lingkungan panti sosial merupakan fenomena yang kompleks dan tidak dapat dipahami hanya berdasarkan keberadaan fasilitas atau pelayanan yang tersedia.

Lebih lanjut, hasil observasi juga menunjukkan bahwa pengalaman psikologis tersebut tampak dipengaruhi oleh perbedaan sumber daya psikologis yang dimiliki setiap lansia dalam menghadapi perubahan kehidupan di panti. Sebagian lansia masih memperlihatkan kesulitan menjalin hubungan sosial yang bermakna setelah kehilangan pasangan hidup maupun keterpisahan dari keluarga, sedangkan sebagian lainnya justru mampu mempertahankan ketenangan, menerima kondisi kehidupannya, serta tetap aktif mengikuti berbagai aktivitas yang tersedia. Perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa terdapat faktor-faktor psikologis tertentu yang kemungkinan berperan dalam membantu maupun menghambat pencapaian *psychological well-being* pada lansia di lingkungan institusional.

Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang berpotensi memengaruhi *psychological well-being* lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta. Berdasarkan hasil observasi lapangan, dua faktor yang tampak menonjol dalam kehidupan sehari-hari lansia adalah pengalaman kesepian (*loneliness*) serta spiritualitas. Kedua faktor tersebut kemudian menjadi fokus penelitian ini karena dipandang memiliki keterkaitan yang erat dengan berbagai fenomena *psychological well-being* yang ditemukan selama proses asesmen awal.

Salah satu faktor psikologis yang tampak menonjol berdasarkan hasil observasi lapangan adalah kesepian (*loneliness*). Pengalaman kesepian yang dialami lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta tidak hanya berkaitan dengan kondisi tinggal terpisah dari keluarga, tetapi juga muncul sebagai pengalaman subjektif akibat berkurangnya hubungan emosional yang bermakna dengan orang-orang terdekat. Selama proses asesmen, peneliti menemukan bahwa sebagian lansia mengungkapkan kerinduan terhadap keluarga, kehilangan pasangan hidup, serta berkurangnya kesempatan untuk mempertahankan hubungan sosial yang sebelumnya dimiliki. Kondisi tersebut menyebabkan beberapa lansia tetap merasakan kesendirian meskipun hidup bersama banyak penghuni lain dalam satu lingkungan panti.

Secara konseptual, *loneliness* merupakan pengalaman subjektif yang muncul ketika individu memersepsikan adanya kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang dimiliki (Russell, 1996). Dengan demikian, kesepian tidak selalu ditentukan oleh banyak atau sedikitnya jumlah interaksi sosial, melainkan oleh kualitas hubungan interpersonal yang dirasakan individu (Hapsari & Yek, 2022; Vitayala, Nariswari, & Rahman, 2023). Pada lansia, pengalaman kehilangan pasangan hidup, berkurangnya relasi sosial, minimnya interaksi dengan keluarga, serta hilangnya berbagai peran sosial sebelumnya menjadi faktor-faktor yang dapat meningkatkan pengalaman kesepian (Susanti et al., 2021).

Kondisi tersebut juga banyak ditemukan pada lansia yang tinggal di lingkungan pelayanan institusional. Roberts (2018) menjelaskan bahwa hubungan sosial yang terbentuk di lingkungan panti belum tentu mampu menggantikan kedekatan emosional yang sebelumnya dimiliki bersama keluarga. Akibatnya, lansia tetap dapat mengalami kesepian meskipun hidup berdampingan dengan banyak penghuni lain. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesepian yang berlangsung secara berkepanjangan dapat meningkatkan risiko munculnya stres, kecemasan, depresi, *hopelessness*, penarikan diri sosial, hingga menurunnya motivasi hidup (Arini, Hamiyati, & Tarma, 2016; Rekawati, Sahar, & Abas, 2018; Assagaf, Sovitriana, & Nilawati, 2021). Kondisi tersebut pada akhirnya berpotensi memengaruhi berbagai aspek *psychological well-being*, terutama kemampuan

lansia dalam membangun hubungan positif dengan orang lain, mempertahankan tujuan hidup, serta menerima dirinya secara positif.

Meskipun demikian, hasil observasi lapangan juga menunjukkan bahwa tidak seluruh lansia yang menghadapi pengalaman kehilangan atau keterpisahan dari keluarga menunjukkan kondisi *psychological well-being* yang rendah. Sebagian lansia tetap mampu menjalani kehidupan sehari-hari secara lebih tenang, aktif mengikuti kegiatan panti, menunjukkan penerimaan terhadap kondisi hidupnya, serta tetap memandang kehidupannya sebagai sesuatu yang bermakna. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa selain adanya faktor risiko berupa *loneliness*, terdapat pula sumber daya psikologis tertentu yang kemungkinan berperan dalam membantu lansia mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Salah satu sumber daya psikologis yang tampak menonjol selama proses observasi adalah spiritualitas. Peneliti mengamati bahwa beberapa lansia secara aktif mengikuti kegiatan keagamaan yang diselenggarakan panti, memanfaatkan aktivitas ibadah sebagai sarana memperoleh ketenangan batin, serta menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menerima berbagai keterbatasan hidup. Selain itu, melalui wawancara, beberapa lansia juga mengungkapkan bahwa kedekatan dengan Tuhan membantu mereka merasa lebih tenang, lebih bersyukur, serta lebih mampu menjalani kehidupan di panti dengan sikap yang lebih positif.

Secara konseptual, spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai keterlibatan dalam aktivitas keagamaan formal, tetapi juga mencakup pencarian makna hidup, hubungan transendental dengan Tuhan, kemampuan menemukan harapan, serta cara individu memaknai pengalaman hidup yang dihadapi (Underwood & Teresi, 2002; Firdaus, Budiarto, & Piero, 2023; Fadillah, Zuidah, & Purba, 2025). Pada masa lanjut usia, spiritualitas sering kali menjadi salah satu mekanisme adaptif yang membantu individu menghadapi kehilangan, perubahan kondisi kesehatan, serta berbagai keterbatasan yang menyertai proses penuaan.

Temuan tersebut juga didukung oleh berbagai penelitian sebelumnya. Rodríguez-Martínez et al. (2023) menunjukkan bahwa spiritualitas berkontribusi terhadap *well-being* lansia di panti melalui peningkatan kemampuan regulasi emosi dan pemaknaan terhadap pengalaman hidup. Penelitian Khoirunnisa dan Nurchayati (2023) juga menunjukkan bahwa aktivitas spiritual seperti berdoa,

beribadah, bersyukur, dan mendekatkan diri kepada Tuhan menjadi salah satu strategi *coping* yang penting bagi lansia terlantar dalam mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Meskipun demikian, berbagai penelitian mengenai hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* pada lansia masih menunjukkan hasil yang beragam. Sebagian penelitian menemukan bahwa spiritualitas berkontribusi secara positif terhadap kesejahteraan psikologis, sementara penelitian lain menunjukkan bahwa besarnya pengaruh spiritualitas dapat berbeda-beda bergantung pada karakteristik individu, kondisi lingkungan tempat tinggal, maupun pengalaman hidup yang menyertai proses penuaan. Variasi temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara spiritualitas dan *psychological well-being* masih memerlukan pengujian lebih lanjut, khususnya pada lansia yang tinggal di lingkungan pelayanan institusional seperti PSTW.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, kajian teoritis, serta temuan penelitian sebelumnya, dapat dipahami bahwa *loneliness* dan spiritualitas merupakan dua faktor psikologis yang memiliki potensi untuk memengaruhi *psychological well-being* lansia melalui mekanisme yang berbeda. *Loneliness* dipandang sebagai faktor risiko yang dapat menghambat tercapainya kesejahteraan psikologis, sedangkan spiritualitas dipandang sebagai sumber daya psikologis yang berpotensi membantu lansia dalam menghadapi berbagai perubahan kehidupan pada masa lanjut usia. Oleh karena itu, kedua variabel tersebut dipilih sebagai variabel independen dalam penelitian ini untuk mengkaji pengaruhnya terhadap *psychological well-being* pada lansia yang tinggal di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.

Berbagai penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa *loneliness* maupun spiritualitas merupakan faktor yang berkaitan dengan *psychological well-being* pada lanjut usia. Penelitian Rodríguez-Martínez et al. (2023) menunjukkan bahwa spiritualitas berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis lansia melalui kemampuan individu dalam menemukan makna hidup dan mengelola berbagai perubahan yang terjadi pada masa lanjut usia. Di sisi lain, penelitian Rekawati, Sahar, dan Abas (2018) serta Susanti et al. (2021) menunjukkan bahwa pengalaman *loneliness* berkaitan dengan meningkatnya berbagai permasalahan psikologis yang dapat menurunkan kesejahteraan lansia. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan

bahwa kedua variabel memiliki relevansi yang kuat dalam menjelaskan kondisi *psychological well-being* pada lansia.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian (*research gap*) yang menunjukkan pentingnya penelitian ini untuk dilakukan. Pertama, sebagian besar penelitian mengenai *psychological well-being*, *loneliness*, maupun spiritualitas pada lansia dilakukan pada lansia yang tinggal bersama keluarga atau di masyarakat (*community-dwelling older adults*), sedangkan penelitian yang secara khusus mengkaji lansia yang tinggal di panti sosial masih relatif terbatas. Padahal, lansia yang tinggal di lingkungan pelayanan institusional menghadapi karakteristik lingkungan, pengalaman hidup, serta tuntutan penyesuaian yang berbeda dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga. Perbedaan konteks tersebut memungkinkan munculnya dinamika psikologis yang berbeda sehingga hasil penelitian pada populasi umum belum tentu dapat digeneralisasikan pada lansia di panti sosial.

Kedua, penelitian terdahulu umumnya menguji pengaruh *loneliness* atau spiritualitas secara terpisah terhadap berbagai indikator kesehatan mental, seperti depresi, kualitas hidup, kepuasan hidup, maupun *subjective well-being*. Penelitian yang mengkaji pengaruh *loneliness* dan spiritualitas secara simultan terhadap *psychological well-being* dengan menggunakan pendekatan eudaimonik Ryff masih relatif terbatas, khususnya pada populasi lansia yang tinggal di panti sosial. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kontribusi kedua variabel tersebut terhadap *psychological well-being* dalam konteks kehidupan institusional.

Ketiga, hasil penelitian mengenai hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* masih menunjukkan temuan yang belum sepenuhnya konsisten. Sebagian penelitian melaporkan bahwa spiritualitas memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis lansia, sedangkan penelitian lain menunjukkan bahwa pengaruh tersebut tidak selalu signifikan atau bergantung pada karakteristik individu maupun konteks lingkungan tempat tinggal lansia. Perbedaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara spiritualitas dan *psychological well-being* masih memerlukan pengujian lebih lanjut, terutama pada

lansia yang tinggal di lingkungan pelayanan institusional dengan karakteristik yang berbeda dari lansia yang tinggal bersama keluarga.

Selain mengisi kesenjangan penelitian tersebut, penelitian ini juga memiliki nilai kebaruan (*novelty*). Kebaruan penelitian tidak terletak pada penemuan variabel baru, melainkan pada integrasi dua faktor psikologis, yaitu *loneliness* dan spiritualitas, dalam menjelaskan *psychological well-being* lansia pada konteks pelayanan institusional di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Mulia 3 Jakarta. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan *psychological well-being* berdasarkan model eudaimonik Ryff yang menekankan keberfungsian psikologis individu secara menyeluruh, sehingga diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi kesejahteraan psikologis lansia dibandingkan apabila hanya menggunakan indikator kebahagiaan atau kepuasan hidup.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi pengelola panti sosial, tenaga profesional di bidang psikologi, pekerja sosial, serta pemerintah dalam merancang program pelayanan yang tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik lansia, tetapi juga memperhatikan faktor-faktor psikologis yang berkontribusi terhadap kesejahteraan mereka. Upaya peningkatan *psychological well-being* diharapkan dapat membantu lansia menjalani proses penuaan secara lebih adaptif, bermakna, dan berkualitas.

Berdasarkan uraian fenomena empiris, kajian teoritis, serta berbagai kesenjangan penelitian yang telah dipaparkan, peneliti memandang bahwa penelitian mengenai pengaruh *loneliness* dan spiritualitas terhadap *psychological well-being* pada lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Mulia 3 Jakarta penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi perkembangan lanjut usia, tetapi juga memperkaya pemahaman mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kesejahteraan lansia dalam konteks kehidupan pelayanan institusional.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan populasi lansia di Indonesia memunculkan berbagai permasalahan fisik, sosial, dan psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan hidup lansia.
2. Lansia yang tinggal di panti sosial cenderung lebih rentan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis akibat perubahan lingkungan hidup, keterbatasan dukungan emosional keluarga, dan hilangnya peran sosial di masyarakat.
3. Fenomena yang terjadi pada lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta menunjukkan berbagai permasalahan psikologis yang cukup kompleks, seperti kesepian, penarikan diri sosial, rendahnya penerimaan diri, hilangnya makna hidup, dan orientasi hidup yang lebih terfokus pada kematian.
4. Kesepian pada lansia berpotensi menurunkan *psychological well-being* karena berkaitan dengan keterputusan hubungan emosional dan sosial yang bermakna.
5. Spiritualitas berperan sebagai sumber makna hidup, ketenangan batin, dan mekanisme *coping* dalam membantu menghadapi masa tua.
6. Penelitian mengenai pengaruh *loneliness* dan spiritualitas terhadap *psychological well-being* lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta masih relatif terbatas sehingga diperlukan penelitian empiris yang lebih spesifik dan kontekstual.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada:

1. Subjek penelitian adalah lansia berusia ≥ 60 tahun dan ≤ 89 tahun yang tinggal di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Mulia 3 Jakarta, khususnya warga binaan sosial kategori mandiri dan semi-renta.

2. Variabel penelitian terdiri atas *loneliness* dan spiritualitas sebagai variabel bebas serta *psychological well-being* sebagai variabel terikat.
3. Penelitian dilakukan secara spesifik di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.
4. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh *loneliness* terhadap *psychological well-being* pada lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta?
2. Apakah terdapat pengaruh spiritualitas terhadap *psychological well-being* pada lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta?
3. Apakah terdapat pengaruh *loneliness* dan spiritualitas secara simultan terhadap *psychological well-being* pada lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis pengaruh *loneliness* terhadap *psychological well-being* lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.
2. Menganalisis pengaruh spiritualitas terhadap *psychological well-being* lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.
3. Menganalisis pengaruh *loneliness* dan spiritualitas secara simultan terhadap *psychological well-being* lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan, psikogerontologi, dan psikologi positif terkait peran *loneliness* dan spiritualitas terhadap *psychological well-being* lansia di lingkungan institusional. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian empiris mengenai dinamika psikososial lansia di panti sosial.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pengelola PSTW Budi Mulia 3 Jakarta, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi serta dasar empiris dalam pengembangan program layanan psikososial dan spiritual yang lebih komprehensif guna membantu mengurangi tingkat kesepian pada warga binaan lansia.
2. Bagi tenaga profesional, pekerja sosial, dan tenaga pendamping lansia, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dasar empiris dalam merancang intervensi berbasis *person-centered care* untuk meningkatkan *kesejahteraan psikologis* lansia.
3. Bagi pemerintah dan Dinas Sosial, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan kebijakan layanan kesejahteraan lansia yang lebih humanis dan berbasis kebutuhan psikologis riil.
4. Bagi keluarga lansia, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya dukungan emosional dan relasi interpersonal dalam menjaga kesejahteraan psikologis lansia.
5. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi akademik untuk pengembangan penelitian lanjutan terkait kesejahteraan psikologis lansia di lingkungan panti sosial.