

## PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP *Loneliness* PADA LANSIA

Reni Jasmita

Institut Agama Islam Negeri Kerinci

Jl. Pelita IV No. KM 13, Sungai Liuk, Kec. Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh, Provinsi Jambi, Indonesia

e-mail: [renijasmita147@gmail.com](mailto:renijasmita147@gmail.com)

### ABSTRAK

Kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga, penurunan kesehatan yang dapat membatasi hubungan sosialnya, dan kehilangan pasangan hidup. Hal inilah yang menyebabkan merasa lansia merasa kesepian. Dari hal tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif deskriptif korelasi. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling. Subjek penelitian adalah 40 sampel dengan kriteria yaitu lansia berumur 60 sampai 75 tahun. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Psychosocial Support Scale (PSSS)* untuk mengukur persepsi perubahan positif, mengatasi kesulitan, dan mendapatkan dukungan psikologis orang lain, *The Psychological Well-being – Post-Traumatic Changes Questionnaire (PWB-PTCQ)* untuk pengukuran yang bertujuan untuk menilai perubahan yang dirasakan dalam kesejahteraan psikologis setelah kejadian traumatis, dan *UCLA Loneliness* adalah alat ukur yang digunakan untuk mendeteksi perasaan kesepian. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan metode regresi berganda dengan memanfaatkan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 20. Dari hasil uji hipotesis didapat nilai yang signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* yang dibuktikan dengan nilai signifikan yaitu ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai F hitung 72,339 > dari nilai F tabel 3,25, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*. Saran yang diajukan untuk penelitian selanjutnya yaitu lebih memperdalam tentang faktor spesifik penyebab *loneliness* (kesepian), faktor kebutuhan yang dibutuhkan lansia, dan memperbanyak responden sehingga mendapatkan hasil penelitian yang maksimal

**Kata Kunci:** Dukungan sosial, Kesejahteraan psikologis, *Loneliness*

### ABSTRACT

*Lack of attention and affection from family, declining health which can limit social relationships, and loss of a life partner. This is what causes elderly people to feel lonely. From this, the aim of this research is to find out whether there is an influence of social support and psychological well-being on loneliness in the elderly. The research method used is a quantitative descriptive correlation research method. Sampling used random sampling technique. The research subjects were 40 samples with criteria namely elderly people aged 60 to 75 years. The scales used in this research are the Psycho-Social Support Scale (PSSS) to measure perceptions of positive change, overcoming difficulties, and getting psychological support from others, The Psychological Well-being – Post-Traumatic Changes Questionnaire (PWB-PTCQ) for measurements that aims to assess perceived changes in psychological well-being after a traumatic event, and UCLA Loneliness is a measurement tool used to detect feelings of loneliness. The research data was analyzed using the multiple regression method utilizing the Statistical Package for Social Science (SPSS) version 20 program. From the results of the hypothesis test, a significant value was obtained between social support and psychological well-being on loneliness which was proven by a significant value, namely ( $0.000 < 0, 05$ ) and the calculated F value is  $72.339 >$  from the F table value of 3.25, then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so it can be said that there is a simultaneous influence between social support and psychological well-being on loneliness. Suggestions*



put forward for further research are to deepen the specific factors that cause loneliness, the factors that elderly need, and increase the number of respondents so as to obtain maximum research results.

**Keyword:** Social support, Psychological well-being, Loneliness

## PENDAHULUAN

Di tingkat internasional penduduk dunia menua dengan cepat. Pada tahun 2020, 1 miliar orang di dunia adalah lanjut usia (lansia) atau berusia 60 tahun ke atas. Angka itu akan meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030. Pada tahun 2050, jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dua kali lipat hingga menjadi 2,1 miliar. Dari sekitar 260 juta pada tahun 1980 menjadi 761 juta pada tahun 2021. Diperkirakan bahwa antara tahun 2021 dan 2050, jumlah penduduk lanjut usia di seluruh dunia akan meningkat dari kurang 10% menjadi sekitar 17%. Adanya pertumbuhan pesat jumlah penduduk lanjut usia, menunjukkan pentingnya perhatian pada kesehatan, pencegahan, dan pengobatan penyakit sepanjang siklus kehidupan mereka (Zuhdi, 2023).

Kemudian di Indonesia berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) membeberkan bahwa jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan mencapai 19,9 persen pada tahun 2045. Dalam data BPS tahun 2021, menyebutkan bahwa proporsi penduduk umur 60 tahun ke atas diproyeksikan meningkat, dari 9,0 persen atau 23 juta penduduk pada tahun 2015, menjadi 19,9 persen atau setara dengan 63,3 juta penduduk pada tahun 2045. Sedangkan bila melihat laju pertumbuhan lansia secara global, data dari UN tahun 2022 menyebutkan sudah ada 727 juta orang yang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020. Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa lansia pada 2050 di seluruh dunia (Hemawati, 2022).

Selanjutnya, berdasarkan observasi yang dilakukan pada hari Senin, 12 Februari 2024 di sebuah desa yang ada di Kecamatan Tanah Cogok, didapatkan data yang menyatakan bahwa sekitar kurang lebih 15% dari penduduk desa tersebut adalah lansia, kemudian peneliti melakukan wawancara dengan informan lansia sejumlah 4 orang berinisial N, A, H dan Y, yang peneliti dapatkan yaitu informan menyatakan bahwa mereka pada rentan usia tersebut mengalami kesepian, karena mereka merasa kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga, penurunan kesehatan yang dapat membatasi hubungan sosialnya, dan kehilangan pasangan hidup.

Proses menua pada manusia tidak bisa dihindari, orang yang mengalami proses tersebut disebut dengan lanjut usia atau lanjut usia (Ningsih, R & Setyowati, 2020). Orang lanjut usia dianggap sebagai orang yang sedang mengalami penurunan fungsi tubuh (fisik). Selain penurunan fisik, lansia juga mengalami penurunan psikologis. Kesepian yang dialami lansia merupakan salah satu bentuk masalah psikologis. Kesepian pada lansia dapat disebabkan oleh banyak faktor sosial, termasuk kemandirian dan otonomi. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian kali ini akan menggambarkan bagaimana pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia.

Merasa terisolasi dan terkucil merupakan suatu kondisi dimana seseorang merasa kesepian (Hermawati & Hidayat, I, 2019). Kesepian adalah kurangnya individu mengembangkan hubungan sosial sesuai harapannya (Kristyna & Sudagijono, J, 2021). Kesepian adalah suatu kondisi di mana dalam hubungan intim atau dekat terjadi hilangnya daya tanggap. Kesepian atau *loneliness* adalah keadaan emosi dan kognitif yang tidak



bahagia yang diakibatkan oleh hasrat akan hubungan akrab yang tidak tercapai, ketika seseorang merasa kekurangan dan tidak puas atas hubungan yang dimilikinya maka akan kesepian. Untuk mengatasi kesepian, maka diperlukan hal yang dapat meminimalisir kesepian yaitu dukungan sosial baik dari lingkungan keluarga maupun masyarakat.

Menurut Maharani et al (2012) dukungan sosial adalah informasi verbal atau nonverbal, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dukungan sosial sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompok lain. Selain dukungan sosial, individu juga bisa melakukan melakukan sesuatu untuk mengurangi beban stress, termasuk berupaya mencapai kesejahteraan psikologis. Kesehatan psikologis adalah dimana seseorang memelihara hubungan baik dengan orang lain, baik secara psikologis maupun emosional. Kesehatan psikologis dapat dianggap sebagai kesehatan mental yang positif dan berdampak pada kehidupan sosial. (Hutapea, 2012). Orang yang bermental nyaman akan memiliki kesehatan mental yang baik.

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk mencapai kesadaran diri, menjalin hubungan erat dengan individu lain, membebaskan diri dari tekanan sosial, memiliki kemampuan mengendalikan lingkungan, menjalani kehidupan yang bermakna serta terus menerus menyadari kemampuannya (Wardiyah, 2013).

Hasil penelitian sebelumnya telah memperkuat bukti yang bersifat umum tentang dukungan sosial terhadap loneliness, penelitian yang dilakukan oleh (Gondokusumo, A & Soetjningsih, C (2023) yang menyatakan bahwa ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap loneliness. Penelitian dari Batara, G & Kristianingsih, S (2020) mengatakan bahwa adanya pengaruh yang bermakna antara dukungan sosial terhadap loneliness. Sejalan dengan penelitian di atas beberapa penelitian lain juga menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap loneliness (Halawa, 2015; Nurdiani, A & Mulyono, 2019). Penelitian terdahulu terkait hubungan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness, didapatkan hasil penelitian yang mengatakan bahwa ada hubungan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness (Rantepadang & Gerry, A2020). Kemudian penelitian lain mengenai kesejahteraan psikologis terhadap loneliness yang dilakukan oleh (Rahmadani & Rahmi (2023) mengatakan bahwa terdapat pengaruh antara kesejahteraan psikologis terhadap loneliness. Sesuai dengan penelitian di atas menurut penelitian yang dilakukan oleh Aryono, M & Dani, R (2019) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan kesepian.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia. Berdasarkan wawancara yang peneliti temukan, terjadinya *loneliness* pada lansia disebabkan karena mereka merasa kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga, penurunan kesehatan, faktor sosial, dan kehilangan pasangan hidup. Oleh karena itu penelitian ini perlu dilakukan agar mengetahui secara lebih mendalam bagaimana pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia.

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *loneliness*, pengaruh kesejahteraan terhadap *loneliness*, dan pengaruh



dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*. Artinya semakin tinggi dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis yang didapatkan, maka semakin rendah tingkat kesepian yang diperoleh. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi tingkat *loneliness* yang didapatkan.

Menurut penelitian Heny et al (2023) yang menyatakan bahwa ada hubungan dukungan sosial terhadap *loneliness*. Berbeda dengan penelitian Dahlia et al (2022) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan dukungan sosial terhadap *loneliness*. Maka dari itu, penelitian ini memaparkan pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia. Sehingga hal ini cukup unik dalam beberapa hal, Pertama, penelitian ini merupakan penelitian pertama terhadap lansia yang ada di desa Ujung Pasir. Kedua, penelitian ini berbeda dari penelitian Salsabila, C et al (2023) yang berfokus pada meneliti gambaran kesejahteraan psikologis pada lansia tanpa ada variabel yang mempengaruhi. Ketiga, penelitian ini berfokus pada meminimalisir rasa kesepian pada lansia. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti apa pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif *Deskriptif Correlation*, yaitu suatu metode yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel atau lebih (Notoatmodjo, 2012). Metode ini digunakan karena peneliti ingin memberikan pembahasan tentang dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* pada lansia. Desain penelitian yang digunakan adalah desain Penelitian *Cross Sectional*, yaitu suatu metode yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia berumur 60-75 tahun yang ada di desa Ujung Pasir berjumlah 67 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara sederhana, dimana setiap elemen di seleksi secara acak. Sampel adalah bagian karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, karena sampel dapat mewakili seluruh populasi secara sah (Sugiyono, 2017). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 orang lansia. Kami menetapkan waktu selama lima belas hari pada bulan Maret 2024 untuk pengumpulan data. Responden yang berpartisipasi untuk mengikuti survei yakni sebanyak 40 orang lansia yang ada di desa Ujung Pasir. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan menggunakan lembaran skala. Responden diminta kesediaan untuk menjadi responden, selanjutnya mereka mengisi identitas diri dan merespon setiap item skala penelitian.

### **Skala Penelitian**

Peneliti menggunakan tiga skala penelitian untuk pengumpulan data, yakni *Psycho-Social Support Scale (PSSS)*, *Psycho-Social Support Scale (PSSS)*

Pengembangan Skala Dukungan Psikososial Kumpulan item untuk Skala Dukungan Psiko-Sosial (PSSS) dipilih mulai dari skala Perubahan Positif (PC). Responden diminta untuk menanggapi item skala dengan menggunakan skala yang berkisar dari 1 (tidak sama sekali), 2 (sedikit), 3 (banyak), dan 4 (sangat banyak). Skala PC terdiri dari 11 item yang mengukur persepsi perubahan positif, mengatasi kesulitan, dan mendapatkan dukungan



psikologis orang lain (Panzeri et al., 2023). Setelah di uji validitas dan reliabilitas instrumen diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,636.

*The Psychological Well-being – Post-Traumatic Changes Questionnaire (PWB-PTCQ)*

*Psychological Well-being – Post-Traumatic Changes* adalah skala pengukuran yang bertujuan untuk menilai perubahan yang dirasakan dalam kesejahteraan psikologis setelah kejadian traumatis (Joseph et al., 2012). Skala ini terdiri dari 18 item, responden diminta untuk menanggapi item skala dengan menggunakan skala yang berkisar dari 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju). Setelah di uji validitas dan reliabilitas instrumen diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,806.

*UCLA Loneliness Scale*

*UCLA Loneliness* adalah alat ukur yang digunakan dalam mendeteksi perasaan kesepian, UCLA dibuat oleh Russell et al (1978) yang terdiri dari 20 item dalam bentuk pernyataan, dimana keseluruhan item menggunakan kata yang negatif (mengarahkan pada perasaan kesepian). Responden diminta untuk menanggapi item skala dengan menggunakan skala yang berkisar dari 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (kadang-kadang), dan 4 (selalu). Setelah di uji validitas dan reliabilitas instrumen diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* 0,896.

**Analisis Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala (*Questionnaire*) yang merupakan bentuk instrumen pengumpulan data yang sangat fleksibel dan relatif mudah digunakan. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan metode regresi berganda dengan memanfaatkan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 20. Peneliti mengakui bahwa metode yang digunakan hanya sebatas pendekatan deskriptif yaitu melihat, meninjau dan menggambarkan dengan angka tentang objek yang diteliti seperti apa adanya dan menarik kesimpulan tentang hal tersebut sesuai fenomena yang tampak pada saat penelitian dilakukan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1. Karakteristik responden (n=40) berdasarkan usia.

Variabel	Jumlah	%
<b>Usia</b>		
60-65 tahun	18	45
65-70 tahun	15	37,5
70-75 tahun	7	17,5

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa responden berusia 60-65 tahun 18 orang (45%), berusia 65-70 tahun sebanyak 15 orang (37,5%), dan berusia 70-75 tahun sebanyak 7 orang (17,5%).

Table 2. Sosiodemografi dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, dan *loneliness*.

Variabel	Jumlah	%
<b>Dukungan sosial</b>		
Tinggi	14	35
Sedang	20	50
Rendah	6	15
<b>Kesejahteraan psikologis</b>		





Tinggi	18	45
Sedang	14	35
Rendah	8	20
<b><i>Loneliness</i></b>		
Tinggi	18	45
Sedang	16	40
Rendah	6	15

Tabel 2. Berdasarkan tabel 2 di dapatkan hasil yaitu, mayoritas tingkat dukungan sosial responden sebesar (50%) masih berada dalam kategori sedang, pada tingkat kesejahteraan psikologis responden berada dalam kategori tinggi yaitu sebesar (45%), dan juga ditemukan pada tingkat *loneliness* mayoritas responden sebesar (45%) yang menandakan *loneliness* responden dalam kategori tinggi.

Tabel 3. Uji Asumsi Klasik

Asumsi Klasik	Sig.	Keputusan
Normalitas	0.953 > 0.05	Normal
Multikolonieritas	1,786*	Tidak terjadi multikolinieritas
Heteroskedastisitas pada variabel dukungan sosial	0.835**	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Heteroskedastisitas pada variabel kesejahteraan psikologis	0.644**	Tidak terjadi heteroskedastisitas

\*VIF

\*\*Glejser

Tabel 3. Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil uji normalitas dengan nilai signifikan yaitu (0,953) yang menandakan bahwa data normal, data dikatakan normal apabila nilai signifikan di atas (>0,05). Hasil uji multikolinieritas dengan nilai VIF (1,786) hasil dapat dikatakan bahwa tidak terjadi linieritas apabila nilai VIF kecil dari (<10,00). Dan hasil uji heteroskedastisitas, didapatkan hasil bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas di buktikan dengan hasil signifikansi variabel dukungan sosial yaitu (0,835) dan variabel kesejahteraan psikologis yaitu (0,644), tidak terjadi heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi lebih besar dari (>0,05).

Table 4. Uji Hipotesis (T).

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	23,478	9,516		2,467	,018
dukungan sosial	-,380	,113	-,332	-3,348	,002



kesejahteraan psikologis	,745	,116	,637	6,424	,000
--------------------------	------	------	------	-------	------

Tabel 4. Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil uji t (parsial) yaitu terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *loneliness* secara signifikan yang dibuktikan dengan nilai signifikan yaitu ( $0,002 < 0,05$ ) dan nilai t hitung  $3,348 >$  dari nilai t tabel  $1,687$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *loneliness* secara signifikan, selanjutnya dari uji antara kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*, nilai yang dihasilkan menyatakan bahwa juga terdapat pengaruh yang di buktikan nilai signifikan yaitu ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai t hitung  $6,424 >$  dari nilai t tabel  $1,687$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* secara signifikan.

Table 5. Uji Hipotesis (F).

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	465,064	2	232,532	72,339	.000 <sup>b</sup>
	Residual	118,936	37	3,214		
	Total	584,000	39			

Tabel 5. Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil uji hipotesis antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*, didapatkan hasil yaitu ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai F hitung  $72,339 >$  dari nilai F tabel  $3,25$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*.

Berdasarkan karakteristik responden dilihat dari usia, jumlah presentase terbanyak di antara responden yaitu pada usia 60-65 tahun sebanyak 18 orang (45%), usia berhubungan dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi berbagai macam stres, semakin bertambah usia semakin baik kemampuan seseorang dalam mengelola stres (Suwartika, I, Nurdin, A, Ruhmadi, 2014). Setiap individu memiliki pengalaman yang berbeda dan dipersepsikan berbeda pula walaupun dengan pengalaman *stressor* yang sama, sehingga individu membutuhkan dukungan dari orang lain (dukungan sosial).

Menurut Zimet et al (1988) dukungan sosial adalah sebuah keyakinan seseorang akan adanya dukungan dari teman, keluarga, dan orang-orang terdekat ketika ia membutuhkannya. Dukungan yang diberikan oleh teman kepada individu untuk memberikan bantuan dan meringankan permasalahan yang sedang dialami individu tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial rendah dengan jumlah terbanyak 6 orang (15%), dukungan sosial sedang 20 orang (50%), dukungan sosial tinggi 14 orang (35%). Dari hasil uji hipotesis uji t (parsial) yaitu terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *loneliness* secara



signifikan yang dibuktikan dengan nilai signifikan yaitu ( $0,002 < 0,05$ ) dan nilai t hitung  $3,348 >$  dari nilai t tabel 1,687, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap *loneliness* secara signifikan.

Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena individu mendapatkan dukungan dari lingkungan terdekatnya, seperti kepedulian dan selalu bersedia mendengarkan keluhan yang dialami oleh lansia. Dukungan sosial dapat berupa dukungan keluarga internal, seperti dukungan dari anak-anaknya atau dukungan dari saudara kandung, maupun dukungan dari lingkungan. Peneliti juga berasumsi bahwa dukungan sosial sangat diperlukan untuk meminimalisir efek-efek negatif yang disebabkan oleh perasaan atau asumsi negatif seseorang terhadap dirinya sendiri, dampak positif dari dukungan sosial adalah meningkatkan penyesuaian diri seseorang terhadap kejadian-kejadian dalam kehidupan.

Menurut Mahmudi & Suroso (2014) dukungan sosial adalah dorongan dari orang-orang yang memiliki hubungan sosial yang erat kepada mereka yang menerima dukungan informasi, tindakan, atau hal-hal tertentu yang dapat membuat individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan serta merasa dirinya berharga.

Lebih lanjut, Toding et al (2015) mendefinisikan dukungan sosial yaitu berupa rasa hormat, cinta dan kenyamanan kepada individu baik dari keluarga, sahabat sahabat dan lain-lain. Setiap dukungan sosial yang diterima berdasarkan lingkungan berupa perhatian, bantuan, penghargaan dan kasih sayang akan menimbulkan persepsi bahwa individu dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh orang lain dan keluarganya (Astanu et al., 2022). Hasil penelitian Rahma & Rahayu (2018) menunjukkan bahwa interaksi yang dilakukan anggota keluarga berupa dukungan sosial seperti bantuan materi dan non materi, kepedulian, perhatian, empati, pemberian saran, nasehat dan informasi, yang dapat membantu individu. mengatasi permasalahan mereka.

Dukungan yang diterima oleh individu melibatkan adanya dukungan emosional, dukungan penghargaan atau penilaian, dukungan instrumental, dan yang terakhir yakni dukungan informatif. Individu yang mendapat dukungan sosial keluarga dapat mengatasi masalah dengan bertindak secara langsung agar dapat meminimalisir *loneliness* yang dihadapi. Selain itu, adanya dukungan sosial dari orang lain juga akan membantu lansia agar merasa tidak kesepian. Jika lansia merasa tidak diterima oleh lingkungan di sekitarnya dan tidak adanya orang yang memberikan dukungan kepadanya, maka lansia tersebut akan merasa kesepian dan dapat mengubah kondisi fisik dan juga psikisnya.

Lansia akan merasakan tekanan ketika dihadapkan dengan keadaan baru. Keadaan atau lingkungan baru tersebut bisa dikatakan dengan *culture shock*, dan hal tersebut bisa dipengaruhi oleh dukungan sosial (Putra et al., 2022). Dukungan sosial akan berdampak pada peningkatan kepercayaan diri, berbagi beban, dan dapat membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang terjadi, dukungan sosial sangat penting terhadap *loneliness* (Hakim & Subarkah, 2022).

Penelitian ini di perkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Widarti & Marsidi (2023) yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kesepian. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) mengatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap kesepian pada lansia. Dari hal tersebut, hasil penelitian Shaharudin et al (2023) menyatakan bahwa dukungan sosial





dari keluarga berperan penting dalam mempengaruhi tingkat kesepian pada lansia. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Hanifah, M (2021) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesepian, artinya kurangnya dukungan sosial pada lansia akan membuat peningkatan masalah emosional dan psikologis khususnya kesepian.

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, yaitu sebanyak 18 orang (45%). Kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang memaparkan tentang kesehatan mental individu berdasarkan pemenuhan kriteria positive psychological functioning dalam proses pencapaian aktualisasi diri individu yang meliputi kondisi fisik, mental dan sosial individu. Kesejahteraan psikologis merupakan istilah untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu hal ini berkaitan dengan psikologi positif (Aulia et al., 2021). Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* adalah kondisi individu yang memiliki sikap positif akan diri dan orang lain, mampu mengambil keputusan secara mandiri dan dapat mengontrol perilaku sesuai kebutuhan. Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu salah satunya kepribadian individu dalam mengambil keputusan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kesejahteraan psikologis rendah dengan jumlah terbanyak 8 orang (20%), kesejahteraan psikologis sedang 14 orang (935%), kesejahteraan psikologis tinggi 18 orang (45%). Dari hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*, nilai yang dihasilkan menyatakan bahwa juga terdapat pengaruh yang di buktikan nilai signifikan yaitu ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai t hitung  $6,424 >$  dari nilai t tabel 1,687, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness* secara signifikan.

Menurut asumsi peneliti hasil yang didapatkan dari kesejahteraan psikologis tinggi pada lansia karena adanya aktivitas yang selalu diikuti lansia, lansia masih aktif dalam kegiatan sosial di lingkungan rumah. Peneliti juga berasumsi bahwa kesejahteraan psikologis sangat diperlukan untuk meminimalisir pemikiran negatif yang disebabkan oleh perasaan atau asumsi negatif seseorang terhadap dirinya sendiri, dampak positif dari kesejahteraan psikologis adalah meningkatkan penyesuaian diri dan pikiran yang rasional seseorang terhadap kejadian yang terjadi dalam kehidupan.

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk memahami dirinya sendiri, menjalin hubungan erat dengan orang lain, terbebas dari tekanan sosial, mempunyai kemampuan mengendalikan lingkungan, dan hidup bahagia. Selain kesejahteraan psikologis, ada aspek lain yang meminimalisir *loneliness* yaitu dilihat dari hasil penelitian Soputan (2021) yang menyatakan bahwa keterbukaan diri dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dari hal tersebut maka keterbukaan diri dapat mengurangi *loneliness*.

Penelitian yang dilakukan oleh Sujadi (2021) mengatakan bahwa coping keagamaan dan optimisme berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Selanjutnya hasil penelitian Ezalina et al (2023) didapatkan aspek lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yaitu efikasi diri, dari efikasi diri maka *loneliness* yang ada pada individu karena kepercayaan atau keyakinan diri dapat mempengaruhi kehidupan yang



dijalani oleh individu. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih & Hazim (2024) yang menyatakan hasil penelitian bahwa *psychological well-being* yang baik individu tercermin pada lima aspek yakni, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, perkembangan diri, dan tujuan hidup.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aryono & Dani (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis. Selanjutnya beberapa penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara kesejahteraan psikologis terhadap kesepian (Halim & Dariyo, 2016; Hapsari & Ratriana, 2022; Pramitha & Astuti, 2021). Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Doma & Roux (2012) menemukan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kesepian dan juga kesejahteraan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Bhagchandani (2017) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kesejahteraan psikologis. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ishaq et al., 2018) yang juga menyatakan bahwa kesepian memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis.

*Loneliness* berdasarkan hasil penelitian yang peneliti dapatkan mayoritas responden memiliki *loneliness* tinggi yaitu 18 orang (45%). Kesepian (*loneliness*) merupakan suatu keadaan dimana emosi yang dirasakan oleh individu ketika individu tersebut dapat menjalin kedekatan dengan lingkungan sosialnya. Apabila individu tersebut memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya maka akan muncul emosi yang positif pada individu tersebut. Kesepian juga merupakan perasaan yang dapat dialami oleh individu yang berada di suatu lingkungan yang ramai, tetapi tetap merasakan perasaan sendiri (Marisa & Afriyeni, 2019).

Hasil penelitian didapatkan ada 18 orang responden (45%) memiliki *loneliness* yang tinggi, 16 orang responden (40%) memiliki *loneliness* sedang, dan 6 orang responden (15%) memiliki *loneliness* rendah. Dari hasil uji hipotesis uji F didapatkan hasil uji hipotesis antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*, didapatkan hasil yaitu ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai F hitung  $72,339 >$  dari nilai F tabel  $3,25$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap *loneliness*.

Menurut asumsi peneliti *loneliness* terjadi pada lansia disebabkan karena lansia kurang mendapat perhatian, kunjungan, dan kasih sayang dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial, sehingga membuat lansia merasa tidak berarti lagi. Lansia juga tidak memiliki sosok yang dapat menjadi tempat berbagi dan menceritakan keluh kesah. Peneliti juga berasumsi bahwa lansia yang mengalami kesepian disebabkan oleh penurunan mobilitas, keterlibatan sosial, kehilangan pasangan hidup, menurunnya kesehatan mental dan fisik, hal tersebut dapat membuat lansia merasa kesepian.

Kesepian merupakan perasaan negatif seseorang terkait kurangnya hubungan sosial dengan orang lain.. Kesepian sering muncul karena adanya pengalaman kehilangan seseorang yang memberikan pengaruh signifikan di dalam hidupnya, hal tersebut dapat memicu adanya perubahan emosional seperti perasaan kesedihan yang cukup mendalam dan berkepanjangan. Kesepian adalah masalah tersembunyi yang dapat berdampak negatif pada orang lanjut usia (Winningham & Pike, 2007).



Menurut Ahmad et al (2017) menyatakan bahwa kesepian merupakan indikasi kesehatan psikologis seseorang, artinya individu yang merasa kesepian mengalami berkurangnya tingkat kebahagiaan atau kesejahteraan dalam hidupnya. Kehilangan perhatian dan dukungan dari lingkungan sosial juga dapat menimbulkan rasa kesepian pada lansia. Kurangnya dukungan keluarga dapat meningkatkan masalah mental dan emosional yang dialami lansia, termasuk kesepian (Nusi et al., 2010). Dukungan keluarga merupakan faktor utama yang dapat membantu responden untuk dapat beradaptasi dengan segala situasi dan perubahan yang terjadi dalam hidupnya, dukungan sosial keluarga dapat mengurangi beban yang diakibatkan permasalahan psikologis yang diakibatkan oleh beberapa masalah yang harus dihadapi sehingga responden merasa lebih nyaman dan mampu menerima segala perubahan yang dialami.

Penelitian yang dilakukan oleh Zainuddin & Kutty (2022) terdapat hubungan antara motivasi diri dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu rasa kebersyukuran juga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis (Wibowo & Mulawarman, 2022).. *Kemudian, ada faktor lain yang berhubungan dengan* menunjukkan beberapa faktor yang berpengaruh dalam kesejahteraan psikologis diantaranya *self efficacy*, optimisme dan dukungan sosial (Prayogi et al., 2017). Selain itu, rasa syukur dan dukungan sosial berpengaruh terhadap penurunan kesepian pada lansia (Karina, 2021). Aspek yang mendukung individu tidak merasa kesepian adalah tetap percaya diri, dapat terus selaras dengan lingkungan, dan merasa terlindungi. Selain itu, faktor religiusitas berperan penting bagi individu lansia yang mengalami serta menghadapi situasi kehilangan (Hermawati & Hidayat, 2019). *Faktor lain yang berhubungan dengan kesepian pada lansia yaitu interaksi sosial, stres, spiritualitas dan dukungan keluarga (Fitriana et al., 2021).*

Selain hal tersebut, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kartika & Herlina, 2021) menyatakan bahwa *loneliness* juga berhubungan dengan perilaku lansia. *Loneliness* pada lansia dapat menyebabkan adanya perubahan peran dan perilaku karena lansia tidak dapat menerima kondisinya yang membuat timbulnya perilaku maladaptif. Sesuai dengan hal tersebut, maka dibutuhkan konsep spiritualitas pada individu, spiritualitas menjadi salah satu strategi koping dalam mengatasi kesepian pada lansia. Spiritualitas menjadi sumber kekuatan lansia dalam menghadapi masalah dan meningkatkan kualitas hidup, sehingga dapat mengurangi kesepian (Bini`Matillah et al., 2018).

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dapat dialami, yaitu jumlah responden hanya 40 orang tentunya masih kurang untuk menggambarkan keadaan yang sesungguhnya, pada saat pengambilan data melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan keadaan responden yang sebenarnya, dan kesimpulan yang diambil hanya berdasarkan perolehan analisis data, maka peneliti selanjutnya agar dapat lebih menyempurnakan penelitian.

## **SIMPULAN**

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness menunjukkan arah positif, karena nilai signifikansi yang didapat bertanda positif. Loneliness yang dialami lansia disebabkan karena Kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga, penurunan kesehatan yang dapat membatasi hubungan sosialnya, dan kehilangan pasangan hidup. Dengan hilangnya perhatian dan kasih sayang tersebut, responden merasakan tekanan batin



sehingga dapat lebih mudah berlarut dalam kesedihan. Kemudian, mayoritas responden memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, karena responden memiliki efikasi diri, hal itu dapat mempengaruhi kehidupan yang dijalani oleh individu.

Saran yang diajukan untuk penelitian selanjutnya yaitu lebih memperdalam tentang faktor spesifik penyebab loneliness (kesepian), faktor kebutuhan yang dibutuhkan lansia, dan memperbanyak responden sehingga mendapatkan hasil penelitian yang maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

### Jurnal :

- Ahmad, H., Hartati, N., & Aulia, F. (2017). Perbedaan Psychological Well Being Pada Lansia Berdasarkan Lokasi Tempat Tinggal. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 5(2), 146–156.
- Aryono, M, M., & Dani, R, A. (2019). Kesepian dan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Yang Memilih Melajang. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 14(2), 162–171.
- Aryono, M. M., & Dani, R. A. (2019). Kesepian dan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Yang Melajang. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 14(2), 162–171.
- Astanu, A. W., Asri, D. N., & Triningtyas, D. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kematangan Karir Terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senassdra)*, 1, 1149–1156.
- Aulia, M. F., Wahyu, A. M., & Anugrah, P. G. (2021). Tujuan Hidup Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologi pada Generasi Z. *Seminar Nasional Psikologi UM*, 1(1), 413–423.
- Batara, G, A., & Kristianingsih, S, A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesepian Pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187–194.
- Bhagchandani, R. K. (2017). Effect of loneliness on the psychological well-being of college students. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(1), 60.
- Dahlia, D., Pospos, C, J, L., Khairani, M., & Afriani, A. (2022). Dukungan Sosial dan Kesepian Lansia Di Banda Aceh. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5(1), 40–57.
- Doma, L. C., & Roux, A. Le. (2012). The relationship between loneliness and psychological well being among third-year students: A cross-cultural investigation. *International Journal of Culture and Mental Health*, 5(3), 153–168.
- Ezalina, E., Alfianur, A., & Dendi, D. (2023). Self Efficacy terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 37–43.
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono, H. (2021). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97–104.
- Gondokusumo, A, L., & Soetjningsih, C, H. (2023). Dukungan Sosial Dan Kesepian Pada Mahasiswa Rantau UKSW Dari Luar Pulau Jawa. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 831–836.
- Hakim, H. T., & Subarkah, M. Z. (2022). Pengaruh Dukungan sosial Terhadap Loneliness Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. *Jurnal Pendidikan Dan*



*Konseling (JPDK)*, 4(6), 1229–1232.

- Halawa, A. (2015). Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian (Loneliness) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tegar Kemlaten VII Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 8.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Siswa Yang Merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170–181.
- Hanifah, M, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian (Loneliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2), 114–121.
- Hapsari, S., & Ratriana, Y. (2022). Hubungan Antara Psychological Well Being dan Kesepian Pada Lansia di Desa Ringinawe Kota Salatiga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(2).
- Hutapea, B. (2012). Emotional Intelegence dan Psychological Well-being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta. *Jurnal Insan Media Psikologi*, 13(2), 64–73.
- Ishaq, G., Malik, N. I., & Asif, M. (2018). Relationship of loneliness and psychological well-being among university hostels students: Moderating role of self-esteem. *Journal of Research in Social Sciences*, 6(2), 242–255.
- Joseph, S., Maltby, J., Wood, A, M., Stockton, H., & Hunt, N. (2012). The Psychological Well-Being - Post-Traumatic Changes Questionnaire (PWB-PTCQ): Reliability and Validity. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 420–428.
- Karina, S. (2021). Peran Rasa Syukur Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Usia Lanjut Di Panti Wreda. *Jurnal Psikologi Dan Konseling*, 19(2).
- Kartika, A. R., & Herlina, N. (2021). Hubungan Antara Loneliness Dengan Perilaku Lansia. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 76–85.
- Kristyna, E., & Sudagijono, J, S. (2021). Perbedaan Intensitas Loneliness Pada Mahasiswa Indonesia Yang Melanjutkan Studi Di Luar Negeri Ditinjau Dari Tipe Kepribadian. *EXPERIENTA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 104–111.
- Maharani, R., Indarwati, R., & Efendi, F. (2012). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Konsep Diri Pada Anak Jalanan Di Rumah Singgah Sanggar Alang-alang Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 2(1), 1–8.
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02).
- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). Kesepian dan Self Compassion Mahasiswa Perantau. *Jurnal Psibernetika*, 12(1), 1–11.
- Ningsih, R, W., & Setyowati, S. (2020). Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan AKPER YKY Yogyakarta*, 12(2), 80–87.
- Ningsih, L. L., & Hazim, H. (2024). Psychological Well Being Pada Remaja Panti Asuhan





- Aisyiyah Balongbendo. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 957–968.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurdiani, A. F., & Mulyono, R. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial dan Attachment Style Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Khazanah Kebajikan. *Tazkiya: Journal of Psychology*, 2(2).
- Nusi, F., Wijayanti, R., & Rahayu, E. (2010). Hubungan antara dukungan keluarga dengan respon sosial pada lansia di desa sokaraja lor kecamatan sokaraja. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 5(1), 30–36.
- Panzeri, A., Bettinardi, O., Bottesi, G., Bertolotti, G., Brambatti, L., Monfredo, M., Mignemi, G., Bruno, G., Vidotto, G., Spoto, A., Frattola, P., & Chiesa, S. (2023). Assessment of perceived support in the context of emergency: Development and validation of the psycho-social support scale. *Current Psychology*, 42(26), 22514–22525. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03344-z>
- Pramitha, R., & Astuti, Y. D. (2021). Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Yogyakarta. *Jurnal Sosial Dan Teknologi (SISTECH)*, 1(10).
- Prayogi, F., Muslihati, M., & Handarini, D. M. (2017). Hubungan Self efficacy, Optimism, Social Support dan Psychological Well-Being Peserta Didik SMK. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(4), 508–515.
- Putra, E., Sujadi, E., Bustami, Y., & Indra, S. (2022). The Effect of Social Support and Emotional Intelligence On Culture Shock of the Newcomer Student: the Mediating Role of Resilience. *Enlighten: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 66–79.
- Putri, Y. D. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian Lansia di Kota Batam. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4).
- Rahma, U., & Rahayu, E. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga dalam Membentuk Kematangan Karir Siswa SMP. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(3), 194–205. <https://doi.org/https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.3.194>
- Rahmadani, H., & Rahmi, T. (2023). Loneliness dan Psychological Well-being Mahasiswa Yang Sedang Skripsi. *Edu Sosialita: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 6(1), 469–475.
- Rantepadang, A., & Gary, A. B. (2020). Hubungan Psychological Well-being Dengan Loneliness. *Nutrix Journal*, 4(1), 59–62.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing Measures of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 3(42).
- Salsabila, C. F., Febriana, D., & Juanita, J. (2023). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Laki-laki Di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatn*, 7(4).
- Soputan, S. D. M. (2021). Keterbukaan Diri Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 5(1), 33–42.
- Sujadi, E. (2021). Pengaruh Coping Religius dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan



Psikologis Mahasiswa S1 Tahun Terakhir. *Jurnal Konseling Dan Perkembangan Indonesia*, 3(2), 135–146.

Suwartika, I, Nurdin, A, Ruhmadi, E. (2014). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan*, 9(3), 173–189. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2014.9.3.612>

Syahrudin, S., Dewi, S. U., Saputra, M., & Saputra, K. F. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesepian Pada Lansia. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(3), 92–98.

Toding, W. R. B., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.6619>

Wardiyah, M. (2013). Group Positive Psychotherapy untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja. *Psychological Journal: Science and Practice*, 1(2), 139–152.

Wibowo, A. E., & Mulawarman, M. (2022). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa UNNES Penerima Beasiswa. *Indonesian Journal of Guidance: Theory and Application*, 11(2), 1–12.

Widarti, D., & Marsidi, S. R. (2023). Identifikasi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap KEsepiAN PAdA Karyawan Rantau Di PT. X. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, 2(9), 1331–1340.

Winningham, R. G., & Pike, N. L. (2007). A cognitive intervention to enhance institutionalized older adults' social support networks and decrease loneliness. *Aging & Mental Health*, 11(6), 716–721.

Zainuddin, N. F. B., & Kutty, F. M. (2022). Hubungan Motivasi Diri dan Sokongan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pelajar Universiti. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (JSSH)*, 7(2).

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)

#### **Buku:**

Bini Matillah, U., Kusumaningrum, L. A., & Alam. Z. (2018). Hubungan Spiritualitas Dengan Kesepian Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW). *Pustaka Kesehatan*, 6(3), 438–445.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan*. ALFABETA, CV.

#### **Website:**

Hemawati, R. (2022). *BKKBN: Jumlah Lansia Meningkat Hingga Mencapai 19,9 Persen Pada 2045*. <https://mediaindonesia.com/humaniora/529728/bkkbn-jumlah-lansia-meningkat-hingga-mencapai-199-persen-pada-2045>

Zuhdi, M. H. (2023). *Hari Lanjut Usia Internasional 2023, Simak Fakta Unik Populasi Lansia*. <https://www.detik.com/jabar/berita/d-6959369/hari-lanjut-usia-internasional-2023-simak-fakta-unik-populasi-lansia>



CONS-IEDU: *Islamic Guidance and Counseling Journal* is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)