



## Hubungan Kehilangan Pasangan Hidup Dengan Harga Diri (*Self Esteem*) Pada Lansia Di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota

### *The Relationship Between Loss of a Life Partner and Self-Esteem in the Elderly in Teungoh Village, Langsa City District*

Annisa Umayra<sup>1</sup>, Ajmain<sup>2</sup>, Ngatwadi<sup>3</sup>

Universitas Sains Cut Nyak Dhien

Email : annisaumayra@gmail.com

#### Article Info

##### Article history:

Received : 03-04-2026

Revised : 05-04-2026

Accepted : 07-04-2026

Published : 09-04-2026

#### Abstract

*In old age, there will be physical, mental, and socio-economic decline that will impact the quality of life of the elderly. The condition of losing a life partner is one of the biggest emotional challenges that the elderly may face. Elderly people who do not have a life partner are more susceptible to depression than elderly people with married status. This study aims to determine the relationship between loss of a life partner and self-esteem in the elderly in Gampong Teungoh, Langsa City District. The design of this study uses a cross-sectional analytic type. The population in this study were all elderly people who experienced the loss of a life partner in Gampong Teungoh, Langsa City District, as many as 335 people consisting of 203 people with widow status and 132 people with widower status. The sample in the study was 77 people with proportional stratified random sampling technique. Data analysis used univariate and bivariate analysis using the chi-square test. The results showed that the loss of a life partner in the elderly was mostly negative as many as 39 (50.6%) respondents. The self-esteem of the elderly was mostly moderate as many as 40 (51.9%) respondents. There is no relationship between loss of a life partner and self-esteem in the elderly with a p-value of 0.319 ( $p > 0.05$ ). It is expected that health workers can improve health education for the elderly and families can provide more support aimed at increasing self-esteem in the elderly who experience the loss of a life partner.*

**Keywords :** *Loss of Life Partner, Self Esteem, Elderly*

#### Abstrak

Dimasa tua akan terjadi kemunduran fisik, mental, sosial ekonomi yang akan berdampak pada kualitas hidup lansia. Kondisi kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu hal tantangan emosional terbesar yang mungkin dihadapi lansia. Lansia yang tidak memiliki pasangan hidup lebih rentan untuk mengalami depresi dibanding lansia dengan status menikah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota. Desain penelitian ini menggunakan jenis *analytic* yang bersifat *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengalami kehilangan pasangan hidup di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota sebanyak 335 orang yang terdiri dari 203 orang dengan status janda dan 132 orang dengan status duda. Sampel dalam penelitian sebanyak 77 orang dengan teknik *proportional stratified random sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*. Hasil menunjukkan bahwa kehilangan pasangan hidup pada lansia sebagian besar negatif sebanyak 39 (50,6%) responden. Harga diri (*self esteem*) lansia sebagian besar sedang sebanyak 40 (51,9%) responden. Tidak ada hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia dengan *p-value* 0,319 ( $p > 0,05$ ). Diharapkan petugas kesehatan dapat meningkatkan pendidikan kesehatan



dan edukasi kepada lansia serta keluarga dapat lebih memberikan dukungan yang bertujuan untuk meningkatkan harga diri pada lansia yang mengalami kehilangan pasangan hidup.

**Kata Kunci : Kehilangan Pasangan Hidup, Harga Diri, Lansia**

## PENDAHULUAN

Proses menua di dalam perjalanan hidup manusia merupakan suatu hal yang wajar akan dialami semua orang yang diberikan umur panjang. Hanya cepat lambatnya proses tersebut bergantung pada masing-masing individu yang bersangkutan. Lanjut usia tidak saja ditandai dengan kemunduran dan perubahan fisik, tetapi dapat pula berpengaruh terhadap kondisi mental seseorang. Semakin lanjut usia, kesibukan sosialnya akan semakin berkurang sehingga akan mengakibatkan berkurangnya integrasi dengan lingkungannya. Hal ini akan memberikan dampak harga diri dan kebahagiaan lansia (Nurmayunita dan Zakaria, 2021).

Menurut *World Health Organization* (2022), secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus mengalami peningkatan. Diperkirakan pada tahun 2030, dijumpai 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Penduduk yang berusia di atas 60 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2020 dijumpai sebanyak 1 miliar dan pada tahun 2022 menjadi 1,4 miliar. Diperkirakan pada tahun 2050, populasi dunia yang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar. Sedangkan yang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 hingga mencapai 426 juta jiwa.

Berdasarkan data proyeksi penduduk diperkirakan tahun 2023 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%) diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 jiwa), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95) juta dan tahun 2035 (48,19 juta). Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah lansia akan mengalami peningkatan menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%) dari total penduduk Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data BPS (2020) di provinsi Aceh didapatkan persentase lansia muda yang berusia 60-69 tahun sebanyak 65,97%, lansia madya yang berusia 70-79 tahun sebanyak 26,54% dan lansia tua yang berusia 80+ sebanyak 7,49%. Jumlah lansia di Kota Langsa tahun 2024 sebanyak 10.716 jiwa, sedangkan data tertinggi di Puskesmas Langsa Baro sebanyak 3.253 orang, kemudian di Puskesmas Langsa Kota sebanyak 2.238, Puskesmas Langsa Barat sebanyak 2.199, Puskesmas Langsa Lama sebanyak 1.984 orang dan Puskesmas Langsa Timur sebanyak 1.042 orang.

Dimasa tua akan terjadi kemunduran fisik, mental, social ekonomi yang akan berdampak pada kualitas hidup lansia. Seperti halnya pada penurunan fungsi fisik dan penyakit yang diderita oleh lansia menyebabkan lansia membutuhkan orang lain untuk membantu dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Permasalahan lain dapat berasal dari aspek sosial dan aspek psikologis atau emosional. Seorang lansia akan banyak mengalami berbagai kehilangan seperti kehilangan financial dan pekerjaan, kehilangan status, kehilangan teman, serta kehilangan pasangan (Suminar dan Purba, 2022).

Kondisi kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu hal tantangan emosional terbesar yang mungkin dihadapi lansia. Banyak lansia yang mejalani kehidupan masa tuanya dengan menyendiri tanpa adanya keluarga, namun tidak jarang juga mereka hanya tinggal seorang diri



karena pasangan hidupnya sudah meninggal. Bagi pandangan masyarakat, lansia adalah orang yang lemah, tidak berguna lagi, menyusahkan, lamban, baik dalam berfikir maupun bertindak. Jika keterasingan terjadi pada lansia, maka ia akan semakin menolak untuk berkomunikasi dengan orang lain dan kadang-kadang terus muncul perilaku regresi seperti menangis, mengurung diri, mengumpulkan barang-barang tidak berguna serta merengek-rengok dan menangis jika bertemu dengan orang lain sehingga perilakunya seperti anak kecil, ia juga akan mengkonsepkan dirinya sebagai orang yang tidak berguna lagi dan tidak diperhatikan. Hal ini dapat menjadi konsep diri lansia berupa konsep diri negatif (Safitri, 2019).

Lansia yang tidak memiliki pasangan hidup lebih rentan untuk mengalami depresi dibanding pasien geriatri dengan status menikah. Depresi merupakan akibat dari harga diri rendah pada lansia yang menjadikan seorang lansia itu menarik diri dari lingkungannya, putus asa, dan merasa tidak berdaya. Lansia yang tidak memiliki pasangan hidup memengaruhi tingkat dan aktivitas sosial serta persahabatan yang biasa dilakukan untuk mempengaruhi pola hidupnya yang mengalami perubahan. Perubahan ini menimbulkan efek terhadap penyesuaian diri dan pola kehidupan dalam keluarga. Untuk itu mereka diharapkan dapat merasakan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan dimasa tuanya tanpa pasangan hidup. Akan tetapi banyak lansia lanjut yang tidak siap menghadapi hari tua mereka tanpa pasangan hidup mereka. Mereka tidak merasakan kepuasan dan kemaknaan hidup seperti yang diharapkan, bahkan banyak diantara mereka yang merasa tidak bahagia, depresi ataupun kesepian (Nurmayunita dan Zakaria, 2021).

Seseorang yang merasa kesepian memiliki kemungkinan cukup besar untuk memiliki efek negatif, karena ia merasa dirinya diabaikan oleh orang lain, tidak dipedulikan oleh orang lain, tidak bermakna bagi orang lain. Lansia merasa tidak berguna, tidak berharga, merasa tidak dipedulikan merupakan ciri-ciri yang mengarahkan lansia pada harga diri yang maldaptif. Masalah-masalahnya harga diri meningkat pada lansia karena adanya tantangan baru, salah satunya adalah kehilangan pasangan (Stuart, 2016).

Harga diri merupakan penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa banyak kesesuaian tingkah laku dengan ideal diri. Harga diri rendah pada lansia dapat menyebabkan ansietas, depresi, gangguan somatisasi. Sedangkan harga diri tinggi merupakan sumber koping yang penting bagi lansia. Peningkatan harga diri pada lansia dilakukan untuk mencegah dampak psikologi yang lebih berat lagi melalui berbagai macam terapi keperawatan (Utami, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiyawati dkk (2021), mengenai perbedaan tingkat harga diri lansia yang memiliki pasangan hidup dan tidak memiliki pasangan hidup di Desa Candisari Purwodadi Grobogan, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat harga diri lansia yang memiliki pasangan hidup dan tidak memiliki pasangan hidup. Berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan Tingkat harga diri lansia yang memiliki pasangan hidup di Desa Candisari Purwodadi Grobogan termasuk dalam kategori harga diri tinggi yaitu sebanyak 36 (97,3%) responden. Sedangkan tingkat harga diri lansia yang tidak memiliki pasangan hidup di Desa Candisari Purwodadi Grobogan termasuk dalam kategori harga diri rendah yaitu sebanyak 22 (59,5%) responden.

Tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ismalinda dkk (2020), mengenai hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia, hasil penelitian terkait harga



diri, lansia yang memiliki pasangan hidup mayoritas mempunyai harga diri yang positif yaitu sebanyak 61 orang responden (92,4%), dan yang tidak memiliki pasangan hidup juga lebih banyak mempunyai harga diri tinggi yaitu sebanyak 45 orang responden (81,8%). Hasil uji *chi-square* diperoleh tidak ada hubungan antara keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia (*p-value* 0,137).

Penelitian ini dilakukan di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota, hal ini dikarenakan Gampong Teungoh merupakan kelurahan terluas di Kota Langsa dan memiliki jumlah penduduk yang tinggi yaitu sebanyak 5.263 jiwa. Berdasarkan hasil observasi, jumlah lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota sebanyak 335 orang yang terdiri dari 103 orang dengan status janda, 55 orang dengan status duda dan 177 orang lainnya dengan status menikah. Hasil survey awal yang penulis lakukan dengan melakukan wawancara kepada 10 orang lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota ditemukan sebanyak 4 (40%) lansia yang memiliki pasangan hidup, 6 (60%) lansia tidak memiliki pasangan hidup dimana sebanyak 4 orang lansia mengatakan suaminya telah meninggal dunia dan 2 lansia lainnya mengatakan telah bercerai dengan mantan suaminya sejak lama. Sedangkan ditinjau dari harga diri sebanyak 2 lansia memiliki harga diri tinggi dan 4 lansia lainnya memiliki harga diri rendah dimana lansia merasa dirinya tidak berguna dan tidak mempunyai sesuatu yang dibanggakan sehingga lansia memiliki harga diri rendah.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota.

**METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini menggunakan jenis *analytic* yang bersifat *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengalami kehilangan pasangan hidup di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota sebanyak 335 orang yang terdiri dari 203 orang dengan status janda dan 132 orang dengan status duda. Sampel dalam penelitian sebanyak 77 orang dengan teknik *proportional stratified random sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota Tahun 2025**

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>			
1	Laki-Laki	31	40,3
2	Perempuan	46	59,7
<b>Total</b>		<b>77</b>	<b>100</b>
<b>Usia</b>			
1	60-65 Tahun	43	55,8
2	66-69 Tahun	22	28,6
3	70-75 Tahun	10	13
4	76-79 Tahun	2	2,6



	<b>Total</b>	<b>77</b>	<b>100</b>
	<b>Pendidikan</b>		
1	SMA	30	39
2	SMP	15	19,5
3	SD	32	41,5
	<b>Total</b>	<b>77</b>	<b>100</b>
	<b>Status Pernikahan</b>		
1	Duda	31	40,3
2	Janda	46	59,7
	<b>Total</b>	<b>77</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer diolah tahun 2025

Tabel 1. diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 46 (59,7%) responden, berdasarkan usia sebagian besar 60-65 tahun sebanyak 43 (55,8%) responden, berdasarkan pendidikan sebagian besar SD sebanyak 32 (41,6%) responden serta berdasarkan status perkawinan sebagian besar janda sebanyak 46 (59,7%) responden.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kehilangan Pasangan Hidup pada Lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota Tahun 2025**

No	Kehilangan Pasangan Hidup	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Positif	38	49,4
2	Negatif	39	50,6
	<b>Jumlah</b>	<b>77</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer diolah tahun 2025

Berdasarkan tabel 2. diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden sebagian besar mengalami kehilangan pasangan hidup yang negatif sebanyak 39 (50,6%) responden.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Harga Diri (*Self Esteem*) pada Lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota Tahun 2025**

No	Harga Diri Lansia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tinggi	28	36,4
2	Sedang	40	51,9
3	Rendah	9	11,7
	<b>Jumlah</b>	<b>77</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer diolah tahun 2025

Berdasarkan tabel 3. diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden sebagian besar memiliki harga diri yang sedang sebanyak 40 (51,9%) responden.



**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kepuasan terhadap Pelayanan Kefarmasian pada Aspek Keyakinan di UPTD Puskesmas Alue Ie Mirah Kabupaten Aceh Timur**

No	Keyakinan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sangat Puas	2	2,2
2	Puas	52	57,1
3	Tidak Puas	37	40,7
<b>Jumlah</b>		<b>91</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer diolah tahun 2025

Berdasarkan tabel 4.4 diatas hasil penelitian disimpulkan bahwa sebagian besar pasien merasa puas terhadap pelayanan kefarmasian pada aspek keyakinan sebanyak 52 responden (57,1%).

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kepuasan terhadap Pelayanan Kefarmasian pada Aspek Empati di UPTD Puskesmas Alue Ie Mirah Kabupaten Aceh Timur**

No	Empati	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sangat Puas	8	8,8
2	Puas	54	59,3
3	Tidak Puas	29	31,9
<b>Jumlah</b>		<b>91</b>	<b>100</b>

Sumber : Data primer diolah tahun 2024

Berdasarkan tabel 4.5 diatas hasil penelitian disimpulkan bahwa sebagian besar pasien merasa puas terhadap pelayanan kefarmasian pada aspek empati sebanyak 54 responden (59,3%).

**Tabel 6. Hubungan Kehilangan Pasangan Hidup dengan Harga Diri (Self Esteem) pada Lansia di Gampong Teungoh Kecamatan Langsa Kota Tahun 2025**

No	Kehilangan Pasangan Hidup	Harga Diri (Self Esteem)								p-Value
		Tinggi		Sedang		Rendah		Jumlah		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
1	Positif	17	44,7	17	44,7	4	10,5	38	100	0,319
2	Negatif	11	28,2	23	59	5	12,8	39	100	
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>36,4</b>	<b>40</b>	<b>51,9</b>	<b>9</b>	<b>11,7</b>	<b>77</b>	<b>100</b>	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 38 responden yang mengalami kehilangan padangan hidup positif sebagian besar memiliki harga diri yang tinggi dan sedang sebanyak 17 (44,7%) responden sedangkan dari 39 responden yang mengalami kehilangan pasangan hidup negatif sebagian besar memiliki harga diri yang sedang sebanyak 23 (59%) responden. Hasil uji statistic *Chi-Square (Person Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ) diperoleh nilai *p Value* = 0,319 ( $p<0,05$ ) yang berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  gagal ditolak



sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia.

## **Pembahasan**

### **Kehilangan Pasangan Hidup pada Lansia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden sebagian besar mengalami kehilangan pasangan hidup yang negatif sebanyak 39 (50,6%) responden. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2023), mengenai hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri lansia di Kelurahan Kaligawe. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki respon negatif sebanyak 63%.

Penelitian yang dilakukan Assa dkk (2020), mengenai hubungan kehilangan pasangan dengan harga diri pada lansia di Desa Ritey Kecamatan Amurang Timur Kabupaten Minahasa Selatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami kehilangan pasangan dengan respon negatif sebanyak 27 (75%) responden.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiman (2022), mengenai hubungan respon kehilangan pasangan hidup dengan tingkat depresi pada lansia di RW. 05 Kelurahan Cempaka Baru Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat. Hasil analisis didapatkan respon kehilangan pasangan hidup responden terbanyak adalah mengalami respon yang negatif yaitu sebanyak 20 (62,5%) responden.

Pada saat lanjut usia terdapat berbagai permasalahan yang dihadapi oleh para lansia seperti terjadinya kemunduran fisik, psikologis, kognitif dan lainnya, sehingga lansia perlu melakukan penyesuaian diri untuk menjalani kondisinya. Salah satu masalah yang dihadapi adalah kehilangan pasangan. Bagi lansia pasangan hidup merupakan sumber pendukung utama dalam menjalani kehidupan. Ketika lansia kehilangan pasangannya maka akan terjadi banyak perubahan dalam hidupnya, bukan hanya sumber pendukung tetapi lebih dari itu lansia akan kehilangan sumber emosional, ekonomi dan peran (Suminar dan Purba, 2022).

Kehidupan lansia yang tidak memiliki pasangan hidup akan mempengaruhi aktifitas sosial serta pola hidup lansia. Lansia yang tidak siap menghadapi hari tua tanpa pasangan hidup tidak akan merasakan kepuasan dan kemaknaan hidup seperti yang diharapkan. Lansia akan merasa kesepian, merasa kurang bahagia, kurang puas, lebih pesimis dan menggambarkan dirinya sendiri tegang dan jenuh, kesepian dapat menimbulkan rasa putus asa yang mendalam. Kesepian terkait dengan pikiran-pikiran negatif individu terhadap dirinya. Pikiran-pikiran negatif itu adalah merasa terasing dan terkucil, merasa tidak mempunyai harapan, merasa harga diri rendah (Setiyawati dkk, 2021).

Peneliti menyimpulkan bahwa sebagian besar lansia memberikan respon negatif ketika kehilangan pasangan hidup. Kehilangan ini membuat mereka merasa sangat sedih, kesepian, dan bahkan bisa menyebabkan stres atau depresi. Hal ini wajar karena pasangan biasanya adalah orang terdekat yang selalu ada, terutama setelah hidup bersama selama bertahun-tahun. Saat pasangan meninggal, lansia bisa merasa kehilangan teman berbicara, teman berbagi, dan dukungan dalam kehidupan sehari-hari. Apalagi jika lansia tersebut tidak banyak beraktivitas di luar rumah atau tidak punya banyak dukungan dari keluarga dan lingkungan. Karena itulah, dalam penelitian ini sebagian besar lansia merasa terpukul dan mengalami perasaan negatif setelah pasangannya meninggal.



### **Harga Diri (*Self Esstem*) pada Lansia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden sebagian besar memiliki harga diri yang sedang sebanyak 40 (51,9%) responden. Sejalan dengan penelitian Lestari dkk (2021), mengenai hubungan kesepian dengan harga diri lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki harga diri sedang sebanyak 49 (57%) responden.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiadewi dkk (2020), mengenai hubungan harga diri dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Baluk Kecamatan Negara Kabupaten Jembrana Tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki harga diri sedang sebanyak 91 (67,9%) responden.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmayunita dan Zakaria (2021), faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri lansia yang tinggal di pondok lansia. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal di pondok lansia mengalami harga diri rendah dengan jumlah 23 (69,7%) responden.

Harga diri adalah penilaian harga diri pribadi seseorang berdasarkan seberapa baik perilakunya cocok dengan ideal diri. Harga diri adalah penilaian terhadap dirinya sendiri secara rendah atau tinggi. Seorang lansia yang memiliki harga diri yang tinggi dapat menurunkan tingkat stress, Sebaliknya seorang lansia dengan harga diri rendah kurang memiliki keyakinan akan penerimaan dari orang lain. Akibat dari harga diri rendah pada lansia yaitu lansia cenderung tidak nyaman secara sosial yang menyebabkan penurunan kualitas hidup (Assa dkk, 2020).

Harga diri pada lansia dapat mengalami perubahan dimana seringkali akan muncul perasaan tidak berguna dan tidak berharga. Perasaan tidak berguna dan tidak berharga tersebut disebut dengan harga diri rendah. Harga diri rendah adalah suatu evaluasi diri yang negatif dan berhubungan dengan perasaan yang lemah, tak berdaya, ketakutan, tidak berharga, dan tidak memadai. Penyebab harga diri rendah pada lansia dikarenakan adanya tantangan baru akibat dari kehilangan pasangan, ketidakmampuan fisik, dan pension (Maulida dan Ramadhan, 2022).

Peneliti menyimpulkan bahwa sebagian besar lansia yang kehilangan pasangan hidup memiliki tingkat harga diri sedang. Meskipun mereka mengalami duka dan kehilangan yang mendalam, banyak dari mereka masih mampu mempertahankan pandangan positif terhadap diri sendiri dalam batas tertentu. Hal ini bisa terjadi karena pengalaman hidup yang panjang membuat mereka lebih terbiasa menghadapi perubahan dan tantangan. Selain itu, adanya dukungan dari keluarga, teman, atau lingkungan sosial juga membantu mereka untuk tetap merasa berharga dan berarti. Namun, karena kehilangan pasangan tetap merupakan kejadian yang berat, tidak semua lansia dengan mudah menerima keadaan tersebut.

### **Hubungan Kehilangan Pasangan Hidup dengan Harga Diri (*Self Esstem*) pada Lansia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 38 responden yang mengalami kehilangan pasangan hidup positif sebagian besar memiliki harga diri yang tinggi dan sedang sebanyak 17 (44,7%) responden sedangkan dari 39 responden yang mengalami kehilangan pasangan hidup negatif sebagian besar memiliki harga diri yang sedang sebanyak 23 (59%) responden. Hasil uji statistic *Chi-Square (Person Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ) diperoleh nilai *p Value* = 0,319 ( $p<0,05$ ) yang berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  gagal ditolak



sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ismalinda dkk (2020), mengenai hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia ( $p = 0,137 > \alpha 0,05$ ).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Rahayu (2019), mengenai hubungan *self-esteem* dengan tingkat kecenderungan kesepian pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa signifikansi sebesar 0,147 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* terhadap tingkat kecenderungan kesepian dikarenakan kehilangan pasangan pada Lansia.

Penelitian ini tidak sejalan dengan yang dilakukan Assa dkk (2020), mengenai hubungan kehilangan pasangan dengan harga diri pada lansia di Desa Ritey Kecamatan Amurang Timur Kabupaten Minahasa Selatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kehilangan pasangan dengan harga diri pada lansia dengan ( $p = 0,019$ ).

Seseorang yang merasa kesepian memiliki kemungkinan cukup besar untuk cenderung memiliki respon negatif, karena ia merasa dirinya diabaikan oleh orang lain, tidak dipedulikan oleh orang lain, tidak bermakna bagi orang lain. Lansia merasa tidak berguna, tidak berharga, merasa tidak dipedulikan merupakan ciri-ciri yang mengarahkan lansia pada harga diri yang maladaptif (rendah). Masalah-masalah harga diri meningkat pada lansia karena adanya tantangan baru yang salah satunya adalah kehilangan pasangan (Stuart, 2019).

Kondisi kehilangan pasangan hidup merupakan salah satu hal tantangan emosional terbesar yang mungkin dihadapi lansia. Banyak lansia yang menjalani kehidupan masa tuanya dengan menyendiri tanpa adanya keluarga, namun tidak jarang juga mereka hanya tinggal seorang diri karena pasangan hidupnya sudah meninggal. Bagi pandangan masyarakat, lansia adalah orang yang lemah, tidak berguna lagi, menyusahkan, lamban, baik dalam berfikir maupun bertindak. Jika keterasingan terjadi pada lansia, maka ia akan semakin menolak untuk berkomunikasi dengan orang lain dan kadang-kadang terus muncul perilaku regresi seperti menangis, mengurung diri, mengumpulkan barang-barang tidak berguna serta merengek-rengok dan menangis jika bertemu dengan orang lain sehingga perilakunya seperti anak kecil, ia juga akan mengkonsepkan dirinya sebagai orang yang tidak berguna lagi dan tidak diperhatikan. Hal ini dapat menjadi konsep diri lansia berupa konsep diri negatif (Safitri, 2021).

Janda dan duda lebih rentan untuk mengalami depresi dibanding pasien geriatri dengan status menikah (Dewi dkk, 2022). Depresi merupakan akibat dari harga diri rendah pada lansia yang menjadikan seorang lansia itu menarik diri dari lingkungannya, putus asa, dan merasa tidak berdaya. Lansia yang tidak memiliki pasangan hidup memengaruhi tingkat dan aktivitas sosial serta persahabatan yang biasa dilakukan untuk mempengaruhi pola hidupnya yang mengalami perubahan. Perubahan ini menimbulkan efek terhadap penyesuaian diri dan pola kehidupan dalam keluarga. Untuk itu mereka diharapkan dapat merasakan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan dimasa tuanya tanpa pasangan hidup. Akan tetapi banyak lansia lanjut yang tidak siap menghadapi hari tua mereka tanpa pasangan hidup mereka (Mandasari, 2019).



Seseorang yang merasa kesepian memiliki kemungkinan cukup besar untuk memiliki efek negatif, karena ia merasa dirinya diabaikan oleh orang lain, tidak dipedulikan oleh orang lain, tidak bermakna bagi orang lain. Lansia merasa tidak berguna, tidak berharga, merasa tidak dipedulikan merupakan ciri-ciri yang mengarahkan lansia pada harga diri rendah. Masalah harga diri meningkat pada lansia karena adanya tantangan baru salah satunya adalah kehilangan pasangan (Stuart, 2019).

Peneliti menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kehilangan pasangan hidup dengan tingkat harga diri lansia. Meskipun kehilangan pasangan merupakan pengalaman yang berat secara emosional, tidak semua lansia mengalami penurunan harga diri akibat hal tersebut. Banyak lansia yang tetap merasa berharga dan mampu menjalani hidup dengan baik, terutama jika mereka memiliki dukungan sosial yang kuat, aktivitas yang bermanfaat, serta pandangan hidup yang positif. Dengan kata lain, harga diri lansia lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti kepribadian, hubungan sosial, dan keterlibatan dalam kegiatan sehari-hari, bukan semata-mata karena kehilangan pasangan hidup..

## KESIMPULAN

Adapun beberapa kesimpulan dalam penelitian ini adalah : Kehilangan pasangan hidup pada lansia sebagian besar negatif sebanyak 39 (50,6%) responden. Harga diri (*self esteem*) lansia sebagian besar sedang sebanyak 40 (51,9%) responden. Tidak ada hubungan kehilangan pasangan hidup dengan harga diri (*self esteem*) pada lansia dengan *p-value* 0,319 ( $p > 0,05$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Assa, R., Hutauruk, M., Natalia, A. (2020). Hubungan *Spouseless* Dengan *Self Esteem* pada Lansia di Desa Ritey Kecamatan Amurangtimur Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Keperawatan (JKp)*, 8(2), 72-78.
- Azizah, Aimmatu N., and Siti A. Rahayu. (2019). Hubungan Self-esteem Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 40-58.
- BPS. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Budiman, S. (2022). Hubungan Respon Kehilangan Pasangan Hidup Dengan Tingkat Depresi pada Lansia di RW. 05 Kelurahan Cempaka Baru Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Dewi, R.P. (2022). Hubungan Kehilangan Pasangan Hidup Dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Kelurahan Kaligawe. *Skripsi*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Ismalinda, W., Nauli, F. A., dan Dewi, A. P. (2020). Hubungan Keberadaan Pasangan Hidup dengan Harga Diri pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2(1), 1-12.
- Kemendes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, dkk. (2021). Hubungan Kesepian Dengan Harga Diri pada Lansia di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Skripsi*. Universitas Ngudi Waluyo, 1-12.
- Mandasari, A. K. (2019). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Kronik Di Ruang Puri Mitra Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. *Karya Tulis Ilmiah*. Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
- Maulida, R. ., dan Ramadhan, I. (2022). Harga Diri Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera. *Journal of Intan Nursing*, 1(1), 8-14.
- Nova, M.N., Ibrahim., dan Juanita. (2022). Tingkat Belas Kasih Diri (*Self-Compassion*) pada Lansia yang Kehilangan Pasangan di Kota Banda Aceh. *JIM FKep*, 6(2), 115-122.
- Nurmayunita, Heny dan Zakaria, Amin. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri Lansia yang Tinggal di Pondok Lansia. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(2).



- Pratiwi. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Harga Diri pada Pasien Skiofrenia Rawat Jalan di RSJ Aminogondho Hutomo Semarang. *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo Ungaran.
- Safitri. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Lansia di Kelurahan Lembah Sari Rumbai Pesisir. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau.
- Safitri, A. (2021). Analisis Faktor Risiko Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di RSIA Ananda Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3).
- Santri, W., Arneliwati, dan Woferst, R. (2024). Gambaran Depresi pada Lansia yang Kehilangan Pasangan. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), 327-333.
- Setiadewi, G.AP, dkk. (2020). Hubungan Harga Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Desa Baluk Kecamatan Negara Kabupaten Jembrana Tahun 2019. *Indonesian Journal of Health Research*, 3(1), 10-18.
- Setiyawati RM, Suerni T, Widiyanto B, (2022). Perbedaan Tingkat Harga Diri Lansia yang Memiliki Pasangan Hidup dan Tidak Memiliki Pasangan Hidup di Desa Candisari Purwodadi Grobogan. *Skripsi*. STIKes Telogorejo.
- Suminar, M., dan Purba, E. (2022). Studi Komparatif Harga Diri Lansia yang Memiliki Pasangan dan Tidak Memiliki Pasangan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 17-24.
- Utami W.T. (2020). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Harga Diri Lansia dengan Penyakit Kronik di Kelurahan Bubulak. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2(2).
- WHO. (2022). *Angka Harapan Hidup Indonesia Meningkat*. <http://www//rri.co.id>.