

Rekonstruksi Makna Kesepian Lansia melalui Dukungan Sosial di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna

Nadia¹, Elza², Hidayati³, Desmaisi⁴

1,2,3,4 Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Bangka

Belitung

Email: desmaisi@ubb.ac.id

Received: May 2026; Revised: May 2026; Accepted: May 2026; Published: Mei 2026

Abstract

Loneliness and social isolation are common problems experienced by older adults due to declining social interaction, changing family structures, and reduced social roles in old age. This study aims to analyze how elderly residents at the Bakti Kasih Siti Anna Elderly Home reconstruct the meaning of loneliness and social isolation through experiences of social support using the perspective of symbolic interactionism. The research employed a qualitative approach with an exploratory case study design. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation involving ten elderly residents and four caregivers. Data analysis was conducted thematically by emphasizing symbolic interpretation processes in everyday interactions. The findings reveal that loneliness is not merely understood as a physical condition of being alone, but rather as the loss of attention, recognition, and meaningful emotional relationships. Social isolation is interpreted as a form of self-protection resulting from feelings of rejection within the social environment. Social support from caregivers, fellow elderly residents, and shared activities plays an important role in rebuilding feelings of appreciation, social identity, and emotional connectedness. Simple symbols such as greetings, attention, touch, and conversations become essential means in reconstructing the meaning of loneliness. This study concludes that the meaning of loneliness and social isolation is dynamic and can change through positive social interactions and continuous emotional support. These findings strengthen the symbolic interactionist perspective that social meaning is constructed through interpretive processes and interpersonal interactions.

Keywords: elderly loneliness; social isolation; social support; symbolic interactionism; meaning reconstruction.

Abstrak

Kesepian dan isolasi sosial merupakan persoalan yang banyak dialami lansia akibat menurunnya interaksi sosial, perubahan struktur keluarga, serta berkurangnya peran sosial di usia tua. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana lansia di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna merekonstruksi makna kesepian dan isolasi sosial melalui pengalaman dukungan sosial dengan perspektif interaksionisme simbolik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus eksploratif. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi terhadap sepuluh lansia serta empat pengurus rumah lansia. Analisis data dilakukan

secara tematik dengan menekankan proses interpretasi simbolik dalam interaksi sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesepian dimaknai bukan sekadar kondisi fisik ketika seseorang berada sendiri, melainkan sebagai hilangnya perhatian, pengakuan, dan relasi emosional yang bermakna. Isolasi sosial dipahami sebagai bentuk perlindungan diri akibat perasaan tidak diterima dalam lingkungan sosial. Dukungan sosial dari pengasuh, sesama lansia, dan kegiatan bersama berperan penting dalam membangun kembali rasa dihargai, identitas sosial, dan keterhubungan emosional. Simbol-simbol sederhana seperti sapaan, perhatian, sentuhan, dan percakapan menjadi sarana penting dalam proses rekonstruksi makna kesepian. Penelitian ini menegaskan bahwa makna kesepian dan isolasi sosial bersifat dinamis serta dapat berubah melalui interaksi sosial yang positif dan dukungan emosional yang berkelanjutan. Temuan ini memperkuat perspektif interaksionisme simbolik bahwa makna sosial terbentuk melalui proses interpretasi dan interaksi antarindividu.

Kata Kunci: *interaksionisme simbolik; dukungan sosial; kesepian; isolasi sosial; lansia.*

PENDAHULUAN

Populasi penuaan adalah suatu fenomena global yang semakin meningkat setiap hari, termasuk di Indonesia. Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa jumlah lansia telah diproyeksikan mencapai 25 juta jiwa pada tahun 2030. Peningkatan ini tentunya akan berdampak besar terhadap kualitas hidup di Indonesia. Saat bertambahnya usia, lansia sering kali dihadapkan pada masalah seperti penurunan kesehatan fisik, pengurangan peran dalam keluarga, serta pergeseran struktur keluarga menjadi lebih individualis dalam kehidupan mereka. Salah satu konsekuensi signifikan dari situasi ini adalah meningkatnya kemungkinan lansia mengalami perasaan kesepian dan isolasi sosial. Hal ini tidak hanya berpengaruh pada kesejahteraan mental individu, tetapi juga memiliki konsekuensi sosial yang lebih luas, seperti lemahnya jaringan sosial di komunitas (Hawkley, L. C., & Cacioppo, 2013). Kesepian yang dirasakan oleh lansia sebagai perasaan yang subjektif tentang kurangnya hubungan emosional, sedangkan isolasi sosial berkaitan dengan kurangnya interaksi nyata dengan orang lain (Waite, 2009).

Di Indonesia, lansia sering kali memilih tinggal di panti jompo dikarenakan ditelantarkan oleh keluarga secara sengaja, kemampuan ekonomi yang tidak memadai, menghindari konflik dengan anggota keluarga (Komang et al., 2024). Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna, di Pangkalpinang menjadi lokasi penting untuk memahami bagaimana pengalaman kesepian dan isolasi sosial bagi penghuninya. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan petugas panti diyakini dapat menjadi solusi penting dalam menghadapi masalah

keseharian dan isolasi sosial. Namun, pemahaman mengenai bagaimana dukungan sosial dapat membentuk persepsi tentang keseharian dan isolasi sosial masih perlu dieksplorasi lebih jauh dan lebih mendalam, terutama dari sudut pandang sosiologis yang mempertimbangkan interaksi sehari-hari.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa keseharian dan isolasi sosial pada lansia umumnya dikaji dari perspektif psikologi kesehatan dan kesejahteraan mental. Hawkey dan Cacioppo (2010) menjelaskan bahwa keseharian berhubungan erat dengan penurunan kesehatan psikologis dan fisik lansia. Cornwell dan Waite (2009) juga menjelaskan bahwa keterputusan hubungan sosial dapat meningkatkan kerentanan sosial lansia. Penelitian Maulida et al. (2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial mampu membantu lansia memperoleh rasa dihargai dan diterima dalam lingkungan panti jompo. Berdasarkan temuan penelitian, keseharian pada lansia merupakan masalah multidimensional yang dipengaruhi oleh interaksi sosial, dukungan sosial, dan budaya, sehingga peran perawat melalui mentoring, befriending, dan pendekatan budaya sangat penting untuk membantu lansia beradaptasi dan meningkatkan kualitas hidup mereka (Ilmu, 2022). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa “terdapat hubungan yang signifikan dan kuat dengan arah negatif antara tingkat keseharian dan *psychological well-being* pada lansia, di mana semakin tinggi tingkat keseharian maka semakin rendah *psychological well-being*, dan sebaliknya semakin rendah keseharian maka semakin tinggi *psychological well-being*” (Keperawatan et al., n.d.). Selain itu, ditemukan adanya hubungan signifikan dengan arah negatif antara tingkat keseharian dan kualitas hidup lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang, di mana semakin tinggi keseharian, maka semakin rendah kualitas hidup lansia. (Aryati & Fatimah, 2024)

Berdasarkan penjelasan di atas, masalah utama dalam penelitian ini adalah bagaimana lansia di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna mendefinisikan keseharian dan isolasi sosial melalui pengalaman mereka terhadap dukungan sosial? Pertanyaan ini muncul karena keseharian dan isolasi sosial bukan hanya kondisi yang nyata, tetapi juga sebuah konstruksi subjektif yang dipengaruhi oleh interaksi sosial. Di rumah lansia, lansia sering menjalani transisi dari lingkungan keluarga ke lingkungan institusi, yang dapat

mengubah cara mereka memahami hubungan sosial. Dukungan sosial seperti kunjungan dari keluarga atau kegiatan komunitas, tidak selalu berhasil jika tidak sesuai dengan cara pandang pribadi lansia.

Penelitian ini bertujuan untuk mendefinisikan kembali makna kesepian dan isolasi sosial yang dialami lansia di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna melalui pengalaman dukungan sosial, dengan menerapkan analisis interaksionisme simbolik. Secara khusus, tujuan dalam penelitian ini, yaitu: mengidentifikasi bagaimana lansia memaknai kesepian dan isolasi sosial di rumah lansia; menganalisis fungsi dukungan sosial dalam membentuk makna tersebut; dan menyelidiki implikasi dari rekonstruksi makna terhadap kesejahteraan sosial lansia.

Penelitian ini menggunakan interaksionisme simbolik sebagai landasan teori utama, yang diinisiasi oleh George Herbert Mead dan dikembangkan lebih lanjut oleh Herbert Blumer (Blumer, 1969; Mead, 1934). Interaksionisme simbolik berpendapat bahwa realitas sosial terbentuk melalui interaksi antara individu, di mana orang menggunakan simbol-simbol (seperti bahasa, gerak tubuh, atau benda) untuk memberikan arti pada pengalaman mereka. Dalam hal ini, kesepian dan isolasi sosial bukanlah keadaan yang tetap, melainkan suatu konstruksi yang terus berubah melalui interaksi sehari-hari dengan orang lain, termasuk dukungan sosial yang ada.

Menurut Blumer (1969), individu bertindak sesuai dengan makna yang mereka petakan pada situasi, dan makna tersebut diperoleh melalui interpretasi selama interaksi. Pada lansia yang tinggal di rumah lansia, dukungan sosial dapat berperan sebagai simbol yang membentuk identitas sosial mereka, seperti merasakan "keterhubungan" atau "keterasingan". Pendekatan ini penting karena memungkinkan analisis mendalam mengenai bagaimana lansia membangun kembali makna kesepian melalui simbol-simbol dalam dukungan sosial, seperti dialog, sentuhan, atau kegiatan bersama (Charon, 2010). Dengan demikian, teori ini berfungsi untuk menjelaskan aspek subjektif dari masalah sosial yang rumit. Selain itu, penelitian terdahulu cenderung membahas dampak psikologis kesepian dan belum secara mendalam menjelaskan bagaimana lansia merekonstruksi makna kesepian melalui interaksi sosial sehari-hari. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini

terletak pada penerapan perspektif interaksionisme simbolik untuk memahami proses pembentukan makna kesepian dan isolasi sosial melalui simbol, interaksi, dan dukungan sosial, sehingga melengkapi penelitian sebelumnya yang lebih menekankan aspek psikologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus eksploratif untuk mengungkap rekonstruksi makna kesepian dan isolasi sosial di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna melalui dukungan sosial, yang dianalisis melalui perspektif interaksionisme simbolik. Pendekatan ini dipilih karena interaksionisme simbolik menekankan pada pemahaman subjektif individu terhadap realitas sosial, di mana makna dibentuk melalui interaksi simbolik dengan orang lain (Blumer, 1969). Metode kualitatif memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman hidup lansia, termasuk bagaimana mereka menafsirkan kesepian dan isolasi melalui dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan rumah lansia.

Penelitian dilakukan di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna, yang terletak di jalan Sudirman, Kelurahan No.104, Selindung Baru, Kec. Gabek, Kota Pangkal Pinang, Kepulauan Bangka Belitung. Lokasi ini dipilih karena merupakan rumah lansia swasta yang fokus pada perawatan holistik bagi lansia, dengan program dukungan sosial seperti kegiatan kelompok, kunjungan keluarga, dan interaksi sehari-hari. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada aksesibilitas peneliti dan relevansi dengan tema penelitian, di mana rumah lansia ini memiliki populasi lansia yang beragam dalam hal latar belakang sosial dan tingkat isolasi. Penelitian ini dilaksanakan pada Oktober–Desember 2025.

Teknik pemilihan informan dilakukan secara purposive, yaitu dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu. Pertama, lansia tinggal di rumah lansia minimal enam bulan untuk memastikan pengalaman yang cukup terhadap isolasi sosial. Kedua, lansia minimal berusia 60 tahun. Ketiga, mampu berkomunikasi secara verbal. Total ada sepuluh lansia yang menjadi informan kunci yang terdiri atas sembilan lansia perempuan dan satu orang lansia laki-laki. Pemilihan informan juga dilakukan berdasarkan variasi pengalaman isolasi. Misalnya, lansia yang memiliki dukungan keluarga tinggi dan rendah. Selain itu, peneliti juga melibatkan empat pengurus rumah lansia yang terdiri atas suster dan pramulan

sebagai informan tambahan untuk mendapatkan perspektif dukungan sosial dari sisi penyedia layanan,

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Teknik ini dipilih untuk mendapatkan data triangulasi, memastikan keabsahan temuan melalui sumber data yang beragam. Pertama, wawancara mendalam. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara mendalam yang berfokus pada pengalaman subjektif kesepian, isolasi sosial, dan peran dukungan sosial dalam rekonstruksi makna tersebut. Wawancara menggunakan bahasa Indonesia yang mudah dipahami oleh lansia dan menunjukkan sikap empati dari peneliti untuk memfasilitasi ekspresi emosi lansia. Total ada sepuluh sesi utama wawancara dengan lansia dan empat sesi dengan pengurus rumah lansia. Proses wawancara terekam dengan baik menggunakan media handphone, tercatat dalam laporan wawancara yang kemudian dilanjutkan dengan transkrip verbatim.

Kedua, observasi partisipan. Peneliti terlibat langsung sebagai partisipan dalam kegiatan sehari-hari di rumah lansia. Observasi mencakup interaksi sosial lansia dalam kegiatan kelompok seperti senam pagi, diskusi keluarga, keterlibatan dalam acara sosial, respons terhadap dukungan dari pengurus, dan indikator non-verbal kesepian seperti ekspresi wajah atau isolasi fisik. Catatan observasi dibuat secara sistematis menggunakan jurnal pengamatan, termasuk deskripsi konteks, perilaku, dan interpretasi awal berdasarkan interaksionisme simbolik. Ketiga, dokumentasi yang meliputi pengumpulan data sekunder seperti catatan harian rumah lansia, laporan kegiatan sosial, dan foto kegiatan (dengan izin). Data ini digunakan untuk melengkapi wawancara dan observasi, seperti untuk melacak pola dukungan sosial jangka panjang.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan tematik induktif berdasarkan interaksionisme simbolik dengan langkah-langkah sebagai berikut; 1) Transkrip wawancara, catatan observasi, dan dokumentasi dikodekan secara terbuka untuk mengidentifikasi unit makna terkait kesepian, isolasi, dan dukungan sosial. 2) Pengelompokan tema menjadi kategori utama, seperti "Makna Kesepian sebagai Proses Interaksi", "Rekonstruksi Melalui Dukungan Sosial", dan "Simbol-Simbol Isolasi dalam

Lingkungan Lansia". 3) Interpretasi data melalui lensa interaksionisme simbolik, dengan fokus pada bagaimana simbol (misalnya, kata-kata dukungan atau gestur sosial) membentuk makna subjektif.

Keabsahan dan keandalan data dijamin melalui triangulasi sumber, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Kemudian juga dilakukan dengan triangulasi metode berupa verifikasi ulang pada informan. Keandalan diperkuat dengan audit trail, yaitu catatan proses analisis dan refleksi peneliti untuk menghindari bias. Penelitian ini mencapai saturasi data ketika tema baru tidak muncul lagi dari wawancara tambahan.

Penelitian ini mematuhi prinsip etika penelitian kualitatif, termasuk mendapatkan *informed consent* dari semua subjek dan pengurus, menjaga kerahasiaan data dengan anonimisasi identitas, serta mempertimbangkan kesejahteraan emosional lansia (misalnya, menghentikan wawancara jika subjek merasa tidak nyaman). Peneliti juga memastikan tidak ada konflik kepentingan, karena tidak ada hubungan pribadi dengan rumah lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendekatan interaksionisme simbolik berfungsi sebagai kerangka utama untuk menafsirkan makna yang muncul di antara para lansia dalam mengeksplorasi bagaimana mereka merasakan kesepian, mengalami isolasi sosial, dan menemukan kembali makna hidup melalui interaksi sosial dan dukungan yang mereka terima. Melalui pendekatan interaksionisme simbolik, teori ini menegaskan bahwa makna-makna sosial terbentuk bukan hanya melalui persepsi individual semata, melainkan dari proses interaksi sosial yang terjadi secara berkesinambungan dan dinamis, di mana individu saling menafsirkan simbol dan tindakan satu sama lain sehingga membentuk makna bersama (Blumer, 1986). Oleh karena itu, kesepian bukanlah sekadar suatu kondisi fisik ketika seseorang berada sendirian, tetapi sebuah konstruksi sosial kompleks yang lahir dari bagaimana para lansia menginterpretasikan interaksi yang mereka jalani serta simbol-simbol pengakuan sosial yang mereka terima atau tidak terima.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa setiap individu lanjut usia menafsirkan pengalaman sosial mereka dengan cara mereka sendiri yang unik. Beberapa orang memandang kesepian sebagai penderitaan, sementara yang lain melihatnya sebagai ruang

untuk refleksi spiritual. Untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika tersebut, temuan penelitian ini diorganisasikan ke dalam beberapa subtopik tematik, dimulai dengan gambaran umum kehidupan sosial di dalam panti, pengalaman kesepian yang dirasakan oleh para lansia, bentuk dan dinamika isolasi sosial, serta bagaimana dukungan sosial berperan dalam proses merekonstruksi makna kesepian mereka.

1. Gambaran Umum Lansia Dan Konteks Sosial di Rumah Lansia Bhakti Kasih Siti Anna

Rumah Lansia Bhakti Kasih Siti Anna merupakan ruang sosial yang memiliki dinamika kompleks bagi para penghuninya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, terlihat bahwa para lansia yang tinggal di tempat ini berusia antara 65 hingga 85 tahun dengan latar belakang kehidupan yang beragam. Sebagian menetap karena tidak lagi memiliki keluarga, sementara lainnya ditempatkan oleh anak-anak mereka akibat kesibukan atau pertimbangan kesehatan. Kondisi tersebut membentuk interaksi sosial yang unik, menghadirkan rasa kebersamaan di satu sisi, namun juga menyisakan perasaan kesepian dan keterasingan yang sulit dihindari.

Dalam kehidupan sehari-hari, para penghuni mengikuti rutinitas yang cukup terstruktur, termasuk kegiatan kelompok seperti olahraga ringan, makan bersama, serta saling berinteraksi sesama lansia dan saling berbagi cerita. Akan tetapi, tidak semua lansia berpartisipasi aktif dalam kegiatan tersebut. Ada yang lebih suka berdiam di kamar, ada juga yang memang tidak bisa beraktivitas karena alasan kesehatan, atau sekadar duduk dan memandang ke luar jendela. Ketika peneliti berbincang dengan beberapa dari mereka, terlihat jelas bahwa interaksi sosial tidak selalu berjalan lancar, jarak emosional sering kali muncul karena perbedaan kepribadian, latar belakang, atau keterbatasan fisik.

Di lingkungan panti, para lansia menjalani berbagai interaksi sosial yang berbeda-beda. Mereka menerima dan memaknai sapaan yang ramah, senyuman hangat, dan perhatian kecil sebagai simbol-simbol pengakuan yang mempunyai arti penting untuk memperkuat identitas diri dan rasa keberadaan sosial mereka. Fenomena ini menggambarkan bahwa

kehidupan di panti tersebut bukanlah suatu ruang yang seragam, melainkan suatu tatanan di mana makna kebersamaan dan kesendirian terus dinegosiasikan melalui interaksi sehari-hari. Dari pengamatan peneliti, simbol-simbol kecil seperti sapaan, sentuhan, atau senyuman memiliki makna besar bagi para lansia. Sambutan hangat dari pengasuh dapat menjadi sumber motivasi dan penyemangat, sedangkan sikap dingin dari sesama lansia mungkin membuat seorang lansia merasa diabaikan. Di sinilah teori interaksionisme simbolik menjadi relevan, di mana makna sosial diciptakan berdasarkan bagaimana orang menafsirkan tindakan orang lain selama interaksi (Blumer, 1986). Dalam hal ini, kehidupan di panti tersebut bukan sekadar tentang rutinitas, melainkan tempat di mana orang lanjut usia membangun, melepaskan, dan menemukan kembali makna sosial mereka.

2. Pengalaman Kesepian Lansia

Kesepian muncul paling kuat dalam wawancara yang dilakukan peneliti dengan para lansia. Hampir semua lansia menggambarkan kesepian bukan sekadar tidak adanya orang untuk diajak bicara, tetapi sebagai perasaan kehilangan makna hidup yang lebih dalam. Salah seorang informan, OL (78 tahun), *“Kadang-kadang ada banyak orang di sini, tetapi hati saya masih merasa kesepian. Tidak ada keluarga yang berkunjung, mungkin karena mereka sibuk dengan kehidupannya masing-masing”*. Pernyataan sederhana ini memiliki makna simbolis yang mendalam. Kesepian dipandang sebagai tanda bahwa mereka tidak lagi merasa dihargai dalam keluarga.

Bagi sebagian lansia, kesepian mencerminkan perubahan status sosial mereka. Dulu mereka dihormati sebagai orang tua atau sebagai keluarga, kini mereka merasa seperti beban atau bahkan dilupakan. Makna kesepian muncul dari interaksi sosial masa lalu dan keadaan sosial mereka saat ini. Seperti yang dijelaskan Blumer (1986), makna tidak muncul secara spontan, tetapi makna dibangun melalui proses interpretatif pengalaman sosial. Dalam konteks ini, kesepian menjadi simbol "hilangnya pengenalan diri", suatu kondisi di mana identitas sosial mereka sebagai orang tua, keluarga, atau anggota masyarakat tidak lagi diakui.

Salah satu contoh yang nyata adalah pengalaman OY (88 tahun), yang merupakan anak ke-11 dari 13 bersaudara dan telah tinggal di panti selama delapan tahun. *“Ia mengalami*

kesulitan untuk melakukan aktivitas dasar seperti bangun dari tempat tidur.”. Keputusan adiknya yang tinggal di Medan untuk menempatkannya di panti jompo menunjukkan adanya penurunan dukungan keluarga dan perubahan relasi sosial dalam keluarga, yang kemudian berpengaruh besar terhadap makna kesepian yang dirasakan. Dukungan sosial yang terbatas memengaruhi kesejahteraan emosional lansia karena mereka kehilangan makna sosial yang selama ini menjadi sumber identitas dan kebahagiaan. Interaksi yang berkualitas dipandang sebagai kunci dalam merekonstruksi makna kesepian sehingga lansia dapat merasa diterima dan dihargai dalam lingkungan sosial baru mereka di panti jompo (Data wawancara, 2025).

Peneliti juga menemukan bahwa lansia memaknai kesepian dengan cara yang berbeda-beda, tergantung pada kemampuan mereka dalam beradaptasi. Ada yang melihatnya sebagai penderitaan, ada pula yang menafsirkannya sebagai ruang untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Hal ini menunjukkan bahwa makna kesepian bersifat dinamis dan dapat berubah melalui proses reflektif yang dipengaruhi oleh interaksi sosial dan spiritual dalam lingkungan panti sosial. Selain itu, penelitian ini mengungkapkan bahwa tidak semua lansia mengalami kesepian dengan cara yang sama, karena sebagian dari mereka memberikan makna kesepian sebagai suatu waktu bagi refleksi dan pembenahan diri secara spiritual. Para lansia yang memaknai kesepian melalui perspektif ini melihat pengalaman tersebut sebagai proses yang bersifat dinamis, dimana pemahaman mereka terhadap kesepian dapat terus berubah dan berkembang sebagai hasil dari interaksi berkelanjutan dan pemikiran mendalam yang mereka lakukan (Studi et al., n.d.). Dalam perspektif interaksionisme simbolik, pengalaman kesepian yang dialami lansia tidak hanya dipahami sebagai kondisi emosional individu, tetapi juga sebagai hasil dari proses interpretasi terhadap simbol-simbol sosial dalam kehidupan sehari-hari. Ketika keluarga jarang berkunjung, lansia menafsirkan situasi tersebut sebagai simbol berkurangnya perhatian dan pengakuan sosial. Sebaliknya, sapaan hangat, perhatian kecil, atau percakapan sederhana dari pengurus panti menjadi simbol penerimaan yang mampu menghadirkan rasa dihargai. Makna kesepian kemudian dibentuk dan dinegosiasikan terus-menerus melalui kualitas interaksi yang mereka alami di lingkungan panti.

3. Bentuk dan Dinamika Isolasi Sosial

Selain merasa kesepian, peneliti juga menyadari adanya isolasi sosial yang nyata terjadi di panti tersebut. Keterasingan ini ditunjukkan melalui perilaku sebagian penghuni lanjut usia yang tidak tertarik berinteraksi dengan orang lain. Mereka cenderung lebih banyak berdiam di kamar, tidak ikut serta dalam kegiatan kelompok, dan hanya berbicara ketika seseorang mendekati mereka. Tidak memiliki hubungan sosial ini biasanya akan membangun dan memelihara persepsi dirinya yang negatif; lansia merasa kurang bahagia dengan kehidupan dan sering kali kurang bersemangat (Amalia, 2015).

Penelitian ini menemukan bahwa beberapa di antara mereka mengatakan mereka merasa tidak cocok dengan penghuni lain atau merasa tidak dapat berpartisipasi karena kondisi fisik mereka. Namun, di balik alasan-alasan ini terdapat makna yang lebih dalam. Isolasi sosial bukan hanya karena keterbatasan fisik, tetapi juga karena perasaan emosional karena tidak diterima di lingkungan sosial. Fenomena ini menunjukkan bagaimana interaksi sosial yang tidak seimbang dapat memengaruhi cara pandang seseorang terhadap dirinya sendiri. Orang lanjut usia yang sering merasa diabaikan cenderung membangun “dinding sosial” sebagai cara untuk melindungi diri mereka sendiri. Mereka memilih diam bukan karena tidak mau berinteraksi, tetapi karena takut terluka oleh ketidakpedulian orang lain.

Fenomena menarik diri secara sosial yang terjadi pada beberapa lansia di panti bukan merupakan penolakan total terhadap lingkungan sosial, akan tetapi berfungsi sebagai strategi perlindungan untuk menghindari rasa sakit emosional yang muncul akibat penolakan, pengabaian, atau perlakuan yang tidak menyenangkan. Penarikan diri ini merupakan sebuah bentuk komunikasi simbolik yang menyampaikan kebutuhan untuk memperoleh pengakuan dan rasa aman secara tidak langsung dan halus, yang kemudian harus dipahami secara cermat agar kesejahteraan psikososial lansia dapat terjaga (Amalia, 2015).

Dari perspektif interaksionis simbolik, isolasi sosial dapat dipandang sebagai proses simbolis berdiam diri, menarik diri, atau menolak ajakan, bukan sekadar perilaku pasif, melainkan bentuk komunikasi yang membawa pesan. Dengan memilih untuk tetap diam, para lansia sebenarnya mengirimkan pesan bahwa mereka membutuhkan ruang untuk diterima kembali tanpa harus meminta perhatian. Artinya, isolasi sosial di sini bukan

sekadar hilangnya interaksi, tetapi cara halus untuk mencari pengakuan sosial. Melalui sudut pandang ini, kita dapat melihat bahwa isolasi sosial di panti tersebut bukan sekadar gejala psikologis, tetapi juga simbol perjuangan mencari makna diri di usia tua.

4. Peran Dukungan Sosial dalam Rekonstruksi Makna Kesepian

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam membantu orang lanjut usia mengubah cara mereka memahami kesepian dan isolasi sosial. Bentuk dukungan yang paling umum adalah emosional dan spiritual. Pengasuh yang berdedikasi yang menyapa dan mendengarkan cerita para lansia memiliki dampak besar pada bagaimana mereka merasa dihargai. Misalnya, OL (78 tahun) bercerita dengan mata berbinar, *“Suster di sini baik semua, rasanya seperti saya masih punya keluarga. Sapaan sederhana ini bukan sekadar tanda kesopanan bagi mereka, tetapi simbol bahwa mereka masih berarti. Dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup orang lanjut usia, terutama mereka yang tinggal di panti lansia. Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya banyak menggunakan pendekatan kuantitatif dan belum mengeksplorasi secara menyeluruh pengalaman subjektif lansia dalam memahami dan menafsirkan dukungan sosial (Maulida et al., 2025)*

Selain pengasuh, dukungan sosial juga datang dari lansia lainnya. Melalui kegiatan seperti makan bersama, olahraga ringan, atau berbagi cerita masa lalu, mereka menemukan refleksi diri mereka dalam satu sama lain. Hubungan ini menciptakan makna baru dalam kehidupan mereka di panti. Apa yang dulu dianggap sebagai “kehilangan cinta keluarga” kini mulai dipahami sebagai kesempatan untuk menemukan cinta baru dalam komunitas kecil yang telah mereka bangun bersama. Dukungan spiritual juga sangat penting. Banyak lansia mengatakan mereka menemukan kedamaian melalui ibadah kelompok karena mereka merasa lebih dekat dengan Tuhan dan satu sama lain.

Lebih jauh lagi, dukungan sosial yang diperoleh dari pengasuh serta teman sebaya memiliki fungsi yang sangat penting dalam membantu para lansia untuk merekonstruksi makna kesepian mereka. Melalui interaksi sosial yang positif, serta perhatian dan kepedulian yang tulus, para lansia mampu membangun kembali rasa identitas sosial serta

memperkuat harga diri mereka. Keberadaan dukungan sosial ini bukan hanya membantu mengurangi rasa kesepian secara psikologis, melainkan juga menjadi basis yang kuat untuk membentuk kembali makna sosial yang memberi penguatan pada eksistensi dan keberlanjutan kehidupan para lansia tersebut di panti jompo (Maulida et al., 2025).

Dari perspektif interaksionisme simbolik, proses ini menunjukkan bagaimana interaksi sosial dan pertukaran simbol seperti sapaan, sentuhan, atau bercerita bersama, menjadi cara untuk membangun kembali makna (Mead, 2022). Melalui dukungan sosial, orang lanjut usia belajar menafsirkan kembali pengalaman kesepian mereka. Mereka tidak lagi melihat diri mereka sebagai individu yang terlupakan, tetapi sebagai orang yang masih memiliki nilai untuk berbagi pengalaman, doa dan cinta. Seperti yang ditemukan oleh (Maulida et al, 2025), dukungan sosial berperan besar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia karena memperkuat rasa memiliki dan dihargai. Oleh karena itu, dukungan sosial lebih dari sekadar mengurangi kesepian, tetapi menjadi dasar untuk membentuk makna baru tentang diri mereka sendiri dan kehidupan mereka di usia tua.

5. Pemaknaan Kesepian dan Isolasi Sosial Lansia Melalui Perspektif Interaksionisme Simbolik

Dalam memahami dinamika kesepian, isolasi sosial, dan proses rekonstruksi makna diri di kalangan lansia di Rumah Lansia Bhakti Kasih Siti Anna, teori interaksionisme simbolik memberikan kerangka kerja yang kuat untuk mengkaji bagaimana makna-makna tersebut terbentuk, dinegosiasikan, dan diubah melalui interaksi sosial sehari-hari. Perspektif ini menekankan bahwa pengalaman kesepian bukan sekadar kondisi psikologis individual, tetapi hasil dari proses interpretatif yang dipengaruhi oleh simbol, bahasa, serta respons sosial dari lingkungan sekitar. Melalui interaksi dengan sesama lansia, perawat, dan anggota keluarga, para lansia membangun definisi baru mengenai diri mereka, peran sosial yang masih mereka miliki, serta sejauh mana mereka merasa diakui dan terhubung. Dengan demikian, makna kesepian dan isolasi sosial dapat bergeser seiring perubahan kualitas relasi, pengalaman dukungan sosial, dan pemaknaan ulang terhadap situasi hidup mereka.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian dan isolasi sosial di kalangan lansia yang tinggal di Rumah Lansia Bakti Kasih Siti Anna bukan hanya karena mereka terpisah secara fisik dari keluarga, tetapi juga karena mereka kehilangan makna sosial dan emosional dalam hubungan mereka. Orang lanjut usia melihat kesepian sebagai hilangnya peran, perhatian, dan kedekatan emosional yang dulu mereka miliki dengan keluarga. Perasaan-perasaan ini membuat mereka merasa tidak lagi dibutuhkan, yang memengaruhi harga diri dan rasa berharga mereka. Selain itu, isolasi sosial memperkuat perasaan terasing dari orang lain pada lansia.

Kurangnya interaksi dan partisipasi sosial menyebabkan mereka kehilangan identitas sosial, yang terbentuk melalui hubungan dengan orang lain. Dari perspektif interaksionisme simbolik, penurunan interaksi simbolik seperti sapaan, perhatian, dan komunikasi melemahkan refleksi diri mereka. Akibatnya, lansia mengalami penurunan makna diri dan perasaan diabaikan, yang mengubah pandangan mereka terhadap kehidupan sosial menjadi lebih negatif dan membuat mereka menarik diri dari lingkungan. Namun, dukungan sosial telah terbukti menjadi faktor penting dalam merekonstruksi makna kesepian dan isolasi sosial bagi lansia.

Melalui perhatian, interaksi yang hangat, dan aktivitas bersama, para lansia mampu mendapatkan kembali rasa memiliki dan makna kebersamaan. Dukungan dari pengasuh, sesama penghuni, dan lingkungan sosial bertindak sebagai simbol penerimaan yang membantu membangun kembali kepercayaan diri dan harga diri mereka. Dengan demikian, penelitian ini menekankan bahwa makna kesepian dan isolasi sosial dapat diubah menjadi pengalaman positif melalui interaksi sosial yang bermakna dan dukungan emosional yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan artikel ini, tentunya tidak terlepas dari bantuan beberapa pihak. Penulis ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan sehingga jurnal ini dapat selesai. Dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan

terimakasih kepada Ibu Hidayati dan Desmaisi selaku dosen sosiologi Universitas Bangka Belitung yang telah membimbing dan mengarahkan selama proses penelitian, penulisan dan publikasi. Terimakasih juga kepada pihak pengelola jurnal Empirika atas *review* dan kesempatan publikasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. D. (2015). *KESEPIAN DAN ISOLASI SOSIAL YANG DIALAMI LANJUT USIA: TINJAUAN DARI PERSPEKTIF SOSIOLOGIS* *Loneliness And Social Isolation Experienced By The Elderly: A Sociological Perspective Review Ayu Diah Amalia*. 18(02), 203–210.
- Aryati, D. P., & Fatimah, S. (2024). *Hubungan Kesepian dengan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia*. 17(1), 18–26.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2013). *Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms*. 40(2), 4–6. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8.Loneliness>
- Ilmu, J. (2022). *BHAMADA*. 13(1), 90–99.
- Keperawatan, P. S., Mohammad, U., & Bukittinggi, N. (n.d.). *LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ALAHAN PANJANG* *Relationship between Loneliness and Psychological Well-Being in Elderly in Alahan Panjang Mikyasur Rafki , Dewi Kurniawati*.
- Komang, N., Dana, A., & Valentina, T. D. (2024). *Makna Hidup Lansia Yang Tinggal di Panti Werdha : Sebuah Literature Review*. 16(1), 66–79.
- Maulida, Y., Bahri, N. S., Hidayah, N. A., Maeyani, F., Larasati, B. D., & Kamila, A. N. (2025). *Dinamika Dukungan Sosial dalam Kehidupan Sehari-Hari Lansia di Panti Jompo*. 334–345.
- Studi, P., Sosiologi, S., Sosial, F. I., Surabaya, U. N., Sadewo, F. X. S., Studi, P., Sosiologi, S., Ilmu, F., Universitas, S., & Surabaya, N. (n.d.). *KESEPIAN PADA ORANG LANJUT USIA DI PONDOK SOSIAL* *Rieska Putri Fitrianingrum*. 1–7.
- Waite, L. J. (2009). *NIH Public Access*. 50(1), 31–48.