

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai manusia, setiap pribadi akan mengalami pertumbuhan dan penambahan usia selama hidupnya. Tahap akhir dari pertumbuhan tersebut adalah lanjut usia atau lansia. Batasan usia yang tergolong lansia menurut World Health Organization (WHO) adalah 60 tahun ke atas. BPS kemudian kembali menggolongkan usia lansia ke dalam tiga golongan, yaitu lansia muda (usia 60 - 69 tahun), lansia madya (usia 70 - 79 tahun), dan lansia tua (usia 80 tahun ke atas) (BPS, n.d.).

Ketika menginjak usia lansia seseorang mulai mengalami kemunduran baik secara fisik atau biologis, mental, dan secara sosial sedikit demi sedikit. Hal tersebut menyebabkan gangguan berupa depresi dan kerusakan kognitif (Ramli & Fadhillah, 2020). Menurut Septiningsih & Na'imah dalam (Fitriana, Sari, & Wibisono, 2021), hal tersebut dapat menjadi faktor yang memicu seorang lansia untuk merasa kesepian. Selain itu ada beberapa faktor yang dapat memicu kesepian pada lansia, yaitu kegiatan mengasuh anak yang sudah berkurang, kehilangan relasi atau teman yang disebabkan oleh kegiatan di luar rumah yang berkurang, banyaknya waktu luang akibat aktivitas yang berkurang, kepergian pasangan hidup, ditinggalkan oleh anak dan keluarga untuk pendidikan dan pekerjaan, dan anak yang sudah beranjak dewasa dan memiliki keluarga sendiri.

Menurut Untari dalam buku Pegangan Kader Peduli Demensia pada Lansia, rasa kesepian pada lansia yang berkelanjutan atau kesepian kronis dapat menyebabkan berbagai penyakit baik mental maupun fisik hingga kematian. Rasa kesepian pada lansia dapat menyebabkan gangguan kognitif berupa demensia dan kepikunan, selain itu rasa kesepian pada lansia juga dapat bergerak ke arah gangguan psikologis berupa gangguan kecemasan dan depresi (Untari, Noviyanti & Sugihartiningsih, 2021). Hal tersebut tentu dapat berakibat fatal karena depresi

pada lansia dapat menimbulkan rasa ingin bunuh diri. Dilansir dari Hapsari (2022) dalam artikelnya di Kompas.com, seorang wanita lansia 65 tahun berinisial RS ditemukan tewas setelah melompat dari Jembatan Penyebrangan Orang (JPO) di Cengkareng, Jakarta Barat pada 2 November 2022. Pihak keluarga menyatakan bahwa RS pernah melakukan percobaan bunuh diri sebanyak dua kali sebelumnya. Dugaan alasan dibalik korban nekat melakukan percobaan bunuh diri dan melompat dari JPO adalah depresi.

Penting bagi lansia untuk terus mendapatkan stimulus melalui aktivitas dan interaksi sosial untuk menghindari rasa kesepian, namun pada kenyataannya masih banyak kasus kesepian yang terjadi pada lansia akibat kurangnya aktivitas yang dilakukan. Pada saat ini juga tidak ada kampanye sosial mengenai masalah kesepian pada lansia yang masih berjalan, sehingga isu tersebut kurang disorot oleh masyarakat, padahal data dari Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan jumlah populasi lansia mengalami kenaikan yang signifikan selama 50 tahun terakhir karena adanya kenaikan angka harapan hidup dan diprediksi akan terus meningkat hingga mencapai persentase 19,9% di tahun 2045 akibat adanya fenomena penuaan penduduk. BPS juga menyatakan perlu adanya perkembangan dalam pemenuhan kebutuhan kenyamanan lansia baik fisik maupun mental (Jayani, 2021).

Psikolog klinis F.X. Albino Prasodjo, menyatakan bahwa kesepian pada lansia dapat dibantu dengan cara melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan pikiran dengan cara memberikan stimulus kepada lansia. Contoh kegiatan yang telah terbukti dapat mengatasi rasa kesepian pada lansia adalah kegiatan yang melibatkan seni, seperti *Art Therapy*. Dilansir dari Widowati (2023) *Art Therapy* atau terapi seni ini telah membantu klien dengan gangguan *mood* dengan cara melibatkan klien secara aktif dalam proses pembuatan seni. Contoh kegiatan yang dapat dilakukan adalah menggambar, membuat kerajinan tanah liat, dan membuat kerajinan tangan berupa gelang.

Menggambar memiliki dampak yang bermanfaat untuk membantu memberi pelatihan fungsi kognitif lansia sehingga mencegah kepikunan dan juga dapat

meredakan stress (Susanto, 2022). Membuat kerajinan tanah liat dapat memberi stimulus kreatif pada lansia, interaksi sosial, dan juga mengembangkan kemampuan motorik dengan banyak hasil positif. Menurut Stewart (2020), kerajinan tangan dapat memberikan manfaat berupa memberikan stimulan yang dapat mencegah gangguan mental dan memberi rasa kompeten dan percaya diri. Membuat kerajinan tangan berupa gelang sudah terbukti membantu menurunkan rasa kesepian pada lansia berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf, Kurnia, dan Noerviana (2018). Dalam penelitian tersebut sebanyak 75% responden mengalami tingkat kesepian rendah setelah diberi intervensi berupa kegiatan membuat gelang. Selain itu membuat gelang dapat melatih kesabaran, ketelitian, kreativitas, kemampuan bekerjasama, dan keuletan pada lansia. Kerajinan membuat gelang juga dapat menjadi karya yang bernilai ekonomi sehingga dapat menjadi sumber penghasilan tambahan terutama bagi lansia yang ingin mencari peluang untuk berbisnis. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aydin dan Kutlu (2021) pada rasa kesepian dan rasa hilang harapan pada lansia yang tinggal sendirian, *art therapy* membawa perubahan signifikan pada angka hasil tes kesepian University of California, Los Angeles (UCLA).

Meskipun sudah banyak masyarakat yang merasakan rasa kesepian dan mengetahui dampak negatifnya, namun sayangnya isu kesepian pada lansia belum banyak diangkat oleh masyarakat. Masyarakat lansia pun masih banyak yang belum melakukan upaya untuk mengatasi rasa kesepiannya. Oleh karena itu penulis memutuskan untuk menawarkan solusi berupa kampanye. Perancangan kampanye ini bermaksud untuk membangkitkan semangat para lansia untuk kembali aktif mencari kegiatan sekaligus memperkenalkan masyarakat lansia kepada kegiatan *art therapy* yang memiliki banyak manfaat bagi mengatasi rasa kesepian pada lansia. Dampak sekunder yang diharapkan adalah lansia kembali membuka diri untuk mencari komunitas dengan mengikuti kegiatan *art therapy*. Pendekatan yang dilakukan untuk membangkitkan para lansia yang paling tepat menurut wawancara dengan Sururi adalah dengan membuat lansia merasa masih berguna di usia mereka.

1.2 Rumusan Masalah

Perumusan masalah yang dapat diambil berdasarkan dari latar belakang di atas adalah masalah kesepian pada lansia dapat diatasi dengan melakukan persuasi. Persuasi tersebut dilakukan dengan harapan untuk membangkitkan semangat dari diri para lansia untuk tetap aktif melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan pikiran dari rasa kesepian. Cara yang tepat untuk menyampaikan pesan persuasif tersebut adalah melalui kampanye sosial. Hasil akhir yang diharapkan penulis dari kampanye tersebut adalah dapat membangkitkan semangat para lansia untuk kembali aktif melakukan kegiatan. Dengan demikian, dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana perancangan kampanye untuk mengatasi rasa kesepian pada lansia ?

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah dibuat untuk menentukan batasan-batasan akan masalah yang akan diangkat untuk mencegah pembelokan fokus. Batasan masalah yang telah ditentukan berupa penentuan target sasaran perancangan untuk kampanye mengatasi rasa kesepian pada lansia adalah sebagai berikut:

1.3.1 Batasan Demografis

Berdasarkan penetapan batasan usia lanjut usia menurut WHO yang tergolong lansia merupakan seseorang yang sudah berusia 60 tahun ke atas.

- 1) Usia : 60 tahun ke atas
- 2) Jenis kelamin : Pria dan Wanita
- 3) Pendidikan : SMA dan Sarjana

1.3.2 Batasan Geografis

Berdasarkan proyeksi dari BPS, jumlah masyarakat lanjut usia di Jakarta terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2023 ini tercatat sebanyak 1,1 juta penduduk lansia yang tinggal di Jakarta dan jumlah tersebut diproyeksikan akan mencapai angka 1,2 juta di tahun 2024. BPS menyatakan dengan proyeksi tersebut perlu ada perkembangan di bidang

pelayanan lansia yang mempertimbangkan kebutuhan mereka agar para masyarakat lansia dapat merasa aman dan nyaman baik secara fisik maupun secara psikologis. BPS juga menganggap bahwa perlu ada perencanaan agar masyarakat lansia menjadi sehat dan produktif (Jayani, 2021). Dengan demikian dapat ditetapkan batasan geografis untuk perancangan kampanye ini sebagai berikut :

- 1) Negara : Indonesia
- 2) Kota : DKI Jakarta dan sekitarnya

1.3.3 Batasan Psikografis

Perancangan kampanye ini ditujukan kepada masyarakat lanjut usia yang tinggal di rumah dan sering merasakan kesepian karena tidak memiliki aktivitas yang dapat dilakukan atau hobi yang dapat ditekuni, namun masih hanya bergantung pada orang lain untuk mengatasi rasa kesepiannya tersebut dan tidak bisa mengatasi rasa kesepiannya sendiri. Perancangan kampanye ini juga menargetkan para lansia ingin mencari kegiatan sebagai media atau peluang untuk menjadi bagian dalam sebuah komunitas, terutama dalam bidang seni.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan dari perancangan kampanye mengatasi rasa kesepian pada lansia ini bertujuan untuk membangkitkan semangat para lansia untuk melakukan aktivitas yang dapat menjauhkan rasa kesepian dari dirinya dengan melakukan pendekatan yaitu membuat lansia merasa masih dapat berguna di usia senjanya. Kampanye tersebut juga dapat membawa dampak positif lainnya yaitu meningkatkan kualitas hidup lansia dan mencegah dampak buruk dari rasa kesepian pada lansia.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Tugas akhir perancangan kampanye mengatasi kesepian pada lansia ini membawa manfaat yang akan dijabarkan menjadi tiga pihak, yaitu bagi penulis, bagi masyarakat, dan bagi universitas.

1.5.1 Bagi Penulis

Dengan melakukan perancangan kampanye mengatasi rasa kesepian pada lansia, penulis terbantu dalam memahami permasalahan kesepian dari kaca mata masyarakat lansia dan menggunakan pemahaman tersebut untuk membantu mereka. Selain itu perancangan kampanye ini juga memberikan pengetahuan pada penulis tentang bagaimana merancang sebuah kampanye yang efektif untuk menarik target agar menyadari bahaya rasa kesepian pada lansia dan pentingnya untuk mengatasi rasa kesepian pada lansia dengan melakukan kegiatan yang dapat memberi stimulus pada kognitif lansia serta membuka peluang bagi lansia untuk menemukan komunitas.

1.5.2 Bagi Masyarakat

Perancangan kampanye ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup para masyarakat lansia yang merasa kesepian dan mengurangi resiko terkena dampak yang disebabkan dari rasa kesepian kronis. Dengan adanya kampanye ini diharapkan para lansia dapat mengatasi rasa kesepian yang dialaminya melalui kegiatan yang memberikan stimulus kognitif dan membuka kesempatan untuk mencari komunitas. Selain itu perancangan ini juga diharapkan dapat membantu anggota keluarga dari para masyarakat lanjut usia yang ingin membantu mengatasi rasa kesepian pada lansia.

1.5.3 Bagi Universitas

Perancangan kampanye ini diharapkan dapat menjadi referensi dan pedoman untuk membantu mahasiswa lainnya yang akan membuat sebuah kampanye sebagai solusi dari suatu permasalahan guna memenuhi kewajiban melaksanakan tugas akhir sebagai syarat kelulusan.