



Pengaruh *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 1

Kusryan Resmonicasari^{1*}, Sofyan Indrayana^{1*}, Tengku Isn'i Yuli Lestari Putri¹, Mulyanti²

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia

² Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia

*email: 170100902@almaata.ac.id ; sofyan@almaata.ac.id

DOI: 10.31603/bnur.5358

Abstract

Background: *The increasing prevalence of the elderly makes Indonesia transition towards an aging population. Changes experienced by the elderly cause psychological or emotional problems, such as loneliness. It is estimated that 50 percent of the elderly are experiencing loneliness, including those who live alone. Loneliness is a feeling of being alienated, unloved, feeling different and separate from the surrounding environment. Loneliness can be combated with social interactions, such as storytelling.* **Aim:** *This study aimed to determine the effect of storytelling on the level of loneliness of the elderly who live alone.* **Methods:** *This research was a pre-experimental quantitative research with a one group pretest-posttest design and used a sampling technique, namely total sampling. The number of samples were 31 respondents. The research instrument used was The UCLA Loneliness Scale questionnaire which has been tested for validity and reliability. The researcher used Paired T-Test data analysis.* **Result:** *The storytelling method has a statistically significant effect ($p = 0.000$) on the loneliness level of the elderly who live alone in the working area of Puskesmas 1 Sewon.* **Conclusion:** *There was an effect of the storytelling method on the level of loneliness of the elderly who live alone in the working area of Puskesmas 1 Sewon.*

Keywords: *loneliness; storytelling; the elderly; the elderly living alone*

Abstrak

Latar Belakang: Prevalensi lansia yang semakin meningkat membuat Indonesia bertransisi ke arah penuaan penduduk. Perubahan yang dialami oleh lansia menyebabkan masalah psikologis atau emosional, seperti kesepian. Diperkirakan 50 persen lansia sedang mengalami kesepian, termasuk lansia yang tinggal sendirian. Kesepian merupakan perasaan terasingkan, tidak dicintai, merasa berbeda dan terpisah dari lingkungan sekitarnya. Kesepian dapat dilawan dengan interaksi sosial, misalnya *storytelling*. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif pra-eksperimen dengan rancangan *one*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

group pretest-posttest dan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *sampling total*. Jumlah sampel sebanyak 31 responden. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner *The UCLA Loneliness Scale* yang telah teruji validitas serta reliabilitasnya. Peneliti menggunakan analisa bivariat yaitu Uji T Berpasangan. **Hasil:** Metode *storytelling* berpengaruh signifikan secara statistik ($p=0,000$) terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja Puskesmas 1 Sewon. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh metode *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja Puskesmas 1 Sewon.

Kata Kunci: kesepian; *storytelling*; lansia; lansia yang tinggal sendiri

1. Pendahuluan

Lansia adalah salah satu tahapan kehidupan manusia. Setiap manusia melewati tahap kehidupan mulai dari bayi, usia kanak-kanak awal, kanak-kanak menengah, kanak-kanak akhir, remaja, hingga dewasa awal, menengah dan akhir. Tahap dewasa akhir merupakan seseorang yang sudah berusia 60 tahun atau lebih ([Santrock, 2012](#)). Pendapat ini sesuai dengan pernyataan dari *World Health Organization* (WHO) dalam [Sari dan Utami \(2015\)](#) yang menyatakan bahwa lansia adalah orang yang sudah berusia lebih dari 60 tahun.

Penduduk lansia di dunia dengan usia 65 tahun ke atas mengalami peningkatan dari 6 persen menjadi 9 persen di tahun 2019, atau sekitar 703 juta jiwa ([Department of Economic and Social Affairs, 2020](#)). Sekitar 53 persen penduduk lansia di dunia berada di Asia dan sekitar 142 juta jiwa berada di Asia Tenggara. Hal ini diperkirakan akan terus meningkat sebanyak 3 kali lipat pada tahun 2050 ([Sari & Susanti, 2017](#)). Di Indonesia, persentase lansia mengalami peningkatan sekitar dua kali lipat setelah hampir lima dekade, yaitu menjadi 9,92 persen atau sekitar 26,82 juta jiwa. Berdasarkan data ini, Indonesia sedang bertransisi ke arah penuaan penduduk. Persentase lansia didominasi oleh lansia berjenis kelamin perempuan dibandingkan laki – laki dengan perbandingan 52,29 persen berbanding 47,71 persen. Persentase lansia lebih tinggi di perkotaan yaitu 52,80 persen dibandingkan persentase lansia di pedesaan yaitu 52,95 persen berbanding 47,05 persen. Sedangkan persentase lansia berdasarkan umur yaitu, lansia muda (60 – 69 tahun) sebesar 64,29 persen, kemudian lansia madya (70 – 79 tahun) sebesar 27,23 persen, dan lansia tua (lebih dari 80 tahun) sebesar 8,49 persen ([Badan Pusat Statistik, 2020](#)).

Terdapat enam provinsi di Indonesia yang memiliki struktur penduduk tua dengan persentase lansia mencapai 10 persen, yaitu Daerah Istimewa Yogyakarta (14,71 persen), Jawa Tengah (13,81 persen), Jawa Timur (13,38 persen), Bali (11,58 persen), Sulawesi Utara (11,51 persen), dan Sumatera Barat (10,07 persen) ([BPS, 2020](#)). Data ini menunjukkan Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi provinsi dengan persentase lansia tertinggi. Data Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BPPD) Daerah Istimewa Yogyakarta menyebutkan pada tahun 2020 jumlah penduduk dengan usia di atas 65 tahun sejumlah 379.214 jiwa dan 9,33 persennya berada di Kabupaten Bantul ([BPS Provinsi D.I. Yogyakarta, 2020](#); [BPPD DIY, 2020](#)).

Perubahan yang terjadi pada lansia menyebabkan masalah yang erat hubungannya dengan masalah psikologis atau emosional yang dirasakan, meliputi perasaan cemas, sedih, kesepian, mudah tersinggung, perasaan kehilangan, tidak adanya dukungan sosial dan hilangnya kesempatan dalam bekerja sehingga mengalami penurunan secara finansial ([Suprpto, 2013](#)). Kebanyakan

lansia akan tinggal sendirian setelah ditinggal pasangannya atau ditinggal keluarganya tinggal di tempat yang terpisah sehingga hal ini menyebabkan perasaan kesepian ([Surbakti, 2013](#)). Data Susenas 2020 menunjukkan bahwa 9,80 persen lansia tinggal sendiri ([BPS, 2020](#)). Diperkirakan 50 persen lansia sedang mengalami kesepian ([Amalia, 2015](#)).

Kesepian merupakan salah satu masalah mental yang paling banyak ditemui pada lansia. Data dari berbagai negara di dunia, diperoleh prevalensi rata-rata tingkat kesepian pada lansia sebesar 13,5 persen dengan perbandingan laki – laki dan wanita sebesar 14,1 persen berbanding 8,5 persen ([Munandar et al., 2017](#)). Sedangkan di Indonesia persentase lansia dengan kesepian ringan sebanyak 69 persen, kesepian sedang sebelas persen, dan kesepian berat dua persen ([Kementerian Kesehatan RI, 2013](#)). Kesepian terjadi karena kehilangan pasangan hidup atau merasa dijauhi orang sekelilingnya ([Irfandi, 2019](#)). Hal ini membuat penderita merasa terasingkan, tidak dicintai oleh siapa pun, tidak bisa membagi kekhawatirannya, merasa berbeda dan terpisah dari lingkungan sekitarnya ([Myers, 2012](#)). Penelitian Khairani, mengatakan bahwa kesepian merupakan penyebab kerentanan tubuh sehingga tubuh dapat dengan mudah terserang penyakit, depresi, bahkan hingga bunuh diri dan menyebabkan kematian ([Irfandi, 2019](#)).

Interaksi sosial bisa mengatasi kesepian. Interaksi sosial dapat berupa mengikuti kegiatan sosial, berlibur, mencari hiburan dengan makan atau menonton televisi, dan bertukar pendapat ([Murdanita, 2018](#)). Interaksi sosial bisa diwujudkan dengan berkomunikasi. Komunikasi adalah sebuah interaksi antara individu atau kelompok dengan maksud berbagi informasi. Interaksi yang positif akan memicu perasaan senang dan membuat seseorang terus melakukannya ([Arianti, 2017](#)). Komunikasi ini membuat seseorang merasa nyaman, salah satu bentuk komunikasi yaitu *storytelling*.

Storytelling dilakukan secara lisan atau menggunakan narasi oleh dua orang atau lebih. Dalam kegiatan *storytelling*, lansia bisa bercerita tentang pengalaman hidupnya dan menyampaikan mengenai perasaan dan pendapatnya dengan maksud memberikan pemahaman terhadap seseorang. Kegiatan *storytelling* ini bisa menjadi bentuk komunikasi dan bentuk kepedulian terhadap lansia sehingga lansia merasa diperhatikan. Selain itu, *storytelling* menjadi sebuah metode yang dapat mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengubah kognitif seseorang secara bertahap, karena melalui kegiatan ini dapat menarik seseorang untuk menyesuaikan kejadian yang diceritakan dengan pengalaman hidupnya ([Arianti, 2017](#)).

Berdasarkan studi pendahuluan, didapatkan jumlah lansia di Puskesmas Sewon 1 sebanyak 6.608 jiwa dengan wilayah kerja meliputi Desa Pendowoharjo dan Desa Timbulharjo. Lansia terbanyak terdapat di Desa Timbulharjo sebanyak 3.346 jiwa, diantaranya berada di Dusun Ngasem sejumlah 40 lansia dengan lansia yang tinggal sendiri sebanyak 6 lansia, Dusun Ngentak terdapat sekitar 100 lansia dengan lansia yang tinggal sendiri sebanyak 10 lansia, Dusun Bibis terdapat 220 lansia dengan lansia yang tinggal sendiri sejumlah 5 lansia, dan Dusun Gabusan terdapat 69 lansia dengan lansia yang tinggal sendiri sebanyak 10 lansia. Diperoleh data dari kader, bahwa lansia terlihat kesepian, lansia mengatakan kesepian karena hanya sendirian, tidak ada yang menemani, dan tidak ada yang diajak berbicara.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia di wilayah kerja Puskesmas Sewon 1, yaitu Desa Timbulharjo di Dusun Ngasem, Ngentak, Bibis, dan Gabusan.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen menggunakan metode pra-eksperimen dan rancangan *one group pre test-post test*. Rancangan ini tidak memiliki kelompok pembandingan, tetapi dilakukan *pretest* sebagai bentuk observasi awal. Kemudian sampel diintervensi dan yang terakhir sampel diberikan kuesioner lagi (*post test*) ([Machfoedz, 2019](#)).

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal sendirian di Dusun Ngentak, Dusun Bibis, Dusun Ngasem, dan Dusun Gabusan dengan jumlah total 31 lansia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling total* atau teknik pengambilan sampel yang mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian ([Sugiyono, 2019](#)). Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu lansia yang tinggal sendirian dan masih kooperatif atau dapat berkomunikasi dengan baik, sedangkan kriteria eksklusinya yaitu lansia yang mengalami gangguan pendengaran berat.

3. Hasil dan pembahasan

3.1. Hasil

Hasil penelitian terhadap lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja Puskesmas Sewon 1 pada tanggal 16-26 Juni 2021 dengan jumlah responden 31 lansia. Berdasarkan tabel 1. distribusi frekuensi karakteristik responden, dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mayoritas berumur 70-79 tahun (64,5%), berjenis kelamin perempuan (61,3%), tidak bersekolah (67,7%), tidak bekerja (90,3%), cerai mati (77,4%).

Berdasarkan tabel 2. distribusi frekuensi tingkat kesepian responden menunjukkan bahwa sebelum dilakukan metode *storytelling* seluruh responden (100%) mengalami kesepian, sedangkan setelah dilakukan metode *storytelling* terdapat 7 responden (22,6%) yang kesepian dan 24 responden (77,4%) tidak kesepian.

Dalam metode uji t berpasangan, keputusan diambil berdasarkan nilai p atau nilai signifikansi (Sig.). Jika nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Namun, jika $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai p sebesar 0,000 atau $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa ada pengaruh antara *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja Puskesmas Sewon 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Lansia yang Tinggal Sendirian di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 1

	Kategori	N	(%)	Mean	SD
Umur	60 – 69	4	12,9	2,10	0,597
	70 – 79	20	64,5		
	80 ke atas	7	22,6		
Jenis Kelamin	Laki-laki	12	38,7	1,61	0,495
	Perempuan	19	61,3		
Pendidikan	Tidak sekolah	21	67,7	1,55	0,995
	SD	6	19,4		
	SMP	2	6,5		
	SMA	1	3,2		
	Perguruan Tinggi	1	3,2		
Pekerjaan	Bekerja	3	9,7	1,90	0,301
	Tidak Bekerja	28	90,3		
Status Perkawinan	Belum kawin	3	9,7	3,55	0,961
	Kawin	1	3,2		
	Cerai hidup	3	9,7		
	Cerai mati	24	77,4		

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesenian Responden Lansia yang Tinggal Sendirian di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 1

Tingkat Kesenian	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	(%)	N	(%)
Tidak Kesenian	0	0	24	77,4
Kesenian	31	100,0	7	22,6
Total	31	100,0	31	100,0

Tabel 3. Hasil Perbandingan Nilai Rata-Rata Sebelum dan Sesudah Pemberian Metode *Storytelling* Terhadap Tingkat Kesenian Lansia yang Tinggal Sendirian di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 1

Kelompok	N	Mean	SD	95%		t	Nilai P
				Confidence Interval (CI)			
				Lower	Upper		
<i>Pretest</i>	31	55,94	4,147	8,566	12,208	11,650	0,000
<i>Posttest</i>	31	45,55	6,459				

3.2. Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mayoritas berumur 70-79 tahun yaitu sebanyak 64,5%. Lansia mengalami penurunan secara fisik maupun psikologis. Hal ini dapat menyebabkan lansia menarik diri dari lingkungan sosial sehingga mengakibatkan perasaan kesepian (Septiningsih & Na'imah, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Rahmi (2015) menyebutkan bahwa lebih dari 35 juta orang yang berumur diatas 65 tahun membutuhkan perhatian khusus pada kesehatan secara umum dan kejiwaannya, karena setengah

dari populasi tersebut mengalami kesepian. Dilihat dari jenis kelaminnya, jumlah responden yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 61,3% berbanding 38,7%. Hal ini menunjukkan bahwa kesepian lebih banyak dirasakan oleh lansia berjenis kelamin perempuan dibandingkan lansia yang berjenis kelamin laki-laki.

Pada penelitian Rahmi, menyatakan bahwa terdapat perbedaan karakteristik antara laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki sifat terbuka termasuk mengenai hal-hal yang bersifat pribadi, serta lebih sering menggunakan perasaannya. Sedangkan laki-laki cenderung rasional dan tertutup sehingga lebih memilih untuk menolak yang dirasakan. Selain itu, perempuan memiliki sistem limbik yang lebih besar dibandingkan laki-laki sehingga lebih mudah terpengaruh oleh perasaannya. Hormon estrogen pada perempuan dapat berpengaruh pada suasana hati, dikarenakan hormon ini juga mempengaruhi fungsi otak yang mengontrol emosi dan suasana hati. Adanya sistem limbik yang lebih besar dan hormon estrogen membuat perempuan lebih mudah mengalami depresi, seperti kesepian ([Rahmi, 2015](#)). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Murdanita bahwa lansia perempuan lebih dominan merasakan kesepian dibandingkan lansia laki-laki ([Murdanita, 2018](#)).

Hasil penelitian oleh Rizki juga menyebutkan bahwa hasil penelitian bahwa tingkat kesepian lansia perempuan lebih besar dibandingkan lansia laki-laki ([Rizki, 2020](#)). Dalam tingkat pendidikan, sebagian besar responden tidak bersekolah yaitu sebesar 67,7%. Tingkat pendidikan yang masih rendah diakibatkan karena akses pendidikan dan masalah perekonomian yang masih sulit. Penelitian Rohmawati menyatakan bahwa status pendidikan menjadi faktor yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif pada lansia. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin banyak pengalaman hidupnya sehingga lebih mampu untuk menangani permasalahan yang sedang dihadapi ([Rohmawati, 2017](#)). Hal ini berarti semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, maka tingkat kopingnya juga semakin rendah sehingga lebih mudah merasakan kesepian.

Status pekerjaan sebesar 90,3% responden sudah tidak bekerja. Hal ini berpengaruh pada perasaan kesepian yang dirasakan. Dalam penelitian Nuraini, status pekerjaan dapat mempengaruhi tingkat kesepian karena adanya keterlibatan sosial dan interaksi sosial ([Nuraini, 2018](#)). Penelitian Setyawati menyebutkan, terdapat cara untuk mengatasi kesepian yaitu dengan bekerja atau belajar, melakukan kontak sosial, melakukan hobi, atau mendengarkan musik ([Setyawati et al., 2019](#)). Dalam segi status perkawinan yang paling banyak dialami oleh responden yaitu cerai mati sebesar 77,4%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khorasvan, bahwa lansia mengalami kesepian setelah kehilangan pasangan hidupnya ([Khorasvan, 2014](#)). Penelitian oleh Rahmi, menyatakan bahwa kesepian yang dirasakan dapat disebabkan karena ditinggalkan pasangan yang telah meninggal dunia ([Rahmi, 2015](#)). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan pernyataan Merz yang menyatakan bahwa seseorang yang tidak memiliki pasangan akan berakibat kehilangan jaringan sosial. Pertama, tidak adanya tempat berbagi cerita dan bertukar pendapat. Kedua, tidak ada lagi orang untuk bergantung dan membantu urusannya. Ketiga, orang yang telah ditinggal pasangannya meninggal dunia sangat berisiko mengalami kesepian dalam jangka waktu yang lama ([Merz & Gierveld, 2016](#)).

Tingkat Kesepian Pada Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Metode *Storytelling*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan metode *storytelling* seluruh responden (100%) mengalami kesepian dengan nilai rata-rata sebesar 55,94. Hal ini dapat dipengaruhi oleh proses penuaan, karakteristik jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pekerjaan, dan status perkawinan. Dalam penelitian Rahmi, lansia memiliki resiko kesepian yang lebih besar karena adanya beberapa faktor, yaitu kehilangan pasangan, teman-teman, tidak adanya pendapatan, dan mengalami penurunan kesehatan ([Rahmi, 2015](#)). Keseluruhan responden yang mengalami kesepian sesuai dengan penelitian Amalia yang menyebutkan bahwa diperkirakan 50 persen lansia sedang mengalami kesepian ([Amalia, 2015](#)). Menurut Surbakti, bahwa kebanyakan lansia akan tinggal sendirian setelah ditinggal pasangannya atau ditinggal keluarganya tinggal di tempat yang terpisah akan merasa kesepian ([Surbakti, 2013](#)).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan metode *storytelling* terdapat 7 responden (22,6%) yang kesepian dan 24 responden (77,4%) tidak kesepian dengan nilai rata-rata sebesar 45,55. Metode *storytelling* merupakan salah satu bentuk komunikasi atau interaksi sosial. Dalam penelitian Nuraini, menyatakan bahwa interaksi sosial yang baik dapat membuat lansia merasa mempunyai teman untuk berbagi cerita, berkeluh kesah, dan bertukar pendapat. Namun, interaksi sosial bukan menjadi satu-satunya alasan merasakan kesepian, karena terdapat faktor lain seperti pasangan hidup yang telah meninggal dunia, kehilangan teman, kehilangan pekerjaan, dan tidak lagi terlibat dalam lingkungan sosial. Perubahan ini memberikan pengaruh negatif terhadap psikologis sehingga berpengaruh terhadap kesepian yang dirasakan oleh lansia ([Nuraini, 2018](#)).

Hasil perbandingan nilai rata-rata sebelum dan sesudah pemberian metode *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian

Metode *storytelling* ini dapat menjadi tempat bagi lansia untuk bercerita mengenai kehidupannya, mengekspresikan perasaan dan pikirannya, serta dapat meningkatkan kebahagiaan sehingga mampu mengurangi kesepian yang dirasakan oleh lansia. Berdasarkan tabel uji t berpasangan didapatkan hasil nilai p sebesar 0,000, yang mana nilai ini lebih kecil daripada nilai signifikansi 0,05. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa ada pengaruh metode *storytelling* terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian. Selain itu, didapatkan hasil nilai rata-rata sebelum dilakukan metode *storytelling* sebesar 55,94, sedangkan setelah dilakukan metode *storytelling* nilai rata-ratanya sebesar 45,55. Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan rata-rata tingkat kesepian yang dirasakan sehingga metode *storytelling* efektif untuk menurunkan tingkat kesepian lansia.

Adanya penurunan tingkat kesepian dan penurunan jumlah responden yang mengalami kesepian sesuai dengan pernyataan dari penelitian yang dilakukan oleh Murdanita, bahwa cara untuk mengatasi kesepian adalah melakukan sosialisasi dan interaksi sosial atau berkomunikasi dengan orang lain ([Murdanita, 2018](#)). Metode *storytelling* merupakan komunikasi yang dilakukan secara lisan oleh dua orang atau lebih. Metode ini adalah suatu interaksi sosial yang dilakukan untuk membagi informasi atau cerita.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arianti, bahwa melalui *storytelling* menjadi suatu bentuk kepedulian terhadap lansia sehingga lansia merasa

diperhatikan. Lansia dapat bercerita mengenai perasaannya dan kisah hidupnya. Hal ini dapat membantu mengurangi beban yang sedang dirasakan, menimbulkan kesan yang menyenangkan, serta meningkatkan makna dan tujuan hidup. Suatu hal yang menyenangkan dapat meningkatkan kebahagiaan dan mampu menimbulkan perasaan yang positif (Arianti, 2017). Dalam penelitian Legi, *storytelling* digunakan sebagai cara untuk mengekspresikan emosi terhadap perubahan hidup yang terjadi dan meningkatkan resiliensi dalam kehidupan (Legi et al., 2018).

Tingkat kesepian yang menurun membuktikan penelitian oleh Putri yang menyatakan bahwa *storytelling* dapat menstimulasi emosi menjadi stabil, menimbulkan perasaan yang positif, dan menenangkan hati sehingga metode ini layak diterapkan kepada lansia sebagai upaya peningkatan kesejahteraan (Made et al., 2019). Selain itu, pernyataan dari Poerwanto menyebutkan bahwa *storytelling* dapat membuat seseorang larut dalam cerita sehingga memicu perasaan rileks (Poerwanto & Khosianah, 2017).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat diambil kesimpulan sebagian besar responden berumur 70-79 tahun, berjenis kelamin perempuan, tingkat pendidikan tidak sekolah, tidak bekerja, serta sudah cerai mati atau pasangannya sudah meninggal dunia. Sebelum dilakukan metode *storytelling*, semua responden mengalami kesepian. Kemudian setelah dilakukan metode *storytelling*, terdapat 7 responden (22,6%) yang kesepian dan 24 responden (77,4%) tidak kesepian. Metode *storytelling* berpengaruh signifikan secara statistik ($p=0,000$) terhadap tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian di wilayah kerja Puskesmas 1 Sewon. Terdapat perbedaan nilai rata-rata tingkat kesepian lansia yang tinggal sendirian dengan selisih nilai mean sebesar 10,39, yaitu sebelum dilakukan intervensi sebesar 55,94, sedangkan setelah dilakukan metode *storytelling* nilai rata-ratanya menurun menjadi 45,55.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Desa Timbulharjo dan Universitas Alma Ata, proofreader serta reviewer UNIMMA serta semua pihak yang terlibat dan telah membantu jalannya penelitian ini.

Referensi

- 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. *Jurnal Informasi*.
- Arianti, N. A. (2017). *Metode Storytelling Untuk Meningkatkan Meaning Of Life Pada Lansia Di Panti Werdha Puspakarma Mataram [Skripsi]*.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*.
- Badan Pusat Statistik Provinsi D.I. Yogyakarta. (2020). *Statistik Kesejahteraan Rakyat*. <https://yogyakarta.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=MDIkNDc5NDRkMTM3O>

TY2NjM5YjJiMGI2&xzmn=aHR0cHM6Ly95b2d5YWthcnRhLmJwcy5nby5pZC9wdWJsaWNhd
Glubi8yMDIwLzEyLzMwLzA5ZDQ3OTQ0ZDEzNzk2NjYzOWlyYjBiNi9zdGF0aXN0aWsta2VzZW
phaHRlcmFhbi1yYWt5YXQtZGF1cmFoL

- Department of Economic and Social Affairs. (2020). *World Population Ageing 2019*. United Nations. <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Report.pdf>
- Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Provinsi (BPPD) D.I. Yogyakarta. (2020). *Jumlah Penduduk DIY*. http://bappeda.jogjapro.go.id/dataku/data_dasar/index/361-jumlah-penduduk-diy
- Irfandi. (2019). *Dampak Kehilangan Pasangan Hidup Terhadap Sikap Lansia (Studi Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi) [Skripsi]*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*.
- Khosravan, S. (2014). Epidemiology of Loneliness in Elderly Women. *Journal of Research and Health*, 871–877.
- Legi, J. R., Sulaiman, S., & Purwanti, N. H. (2018). *Pengaruh Storytelling Dan Guided imagery Terhadap Tingkat Perubahan Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Tindakan Invasif (Pemasangan Infus) Di Ruang Rawat Anak RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado*.
- Machfoedz, I. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Fitramaya.
- Made, N., Anindita, G., Putri, N., Ayu, P., Utami, S., Ngurah, A. A., & Wijaya, T. (2019). Pengaruh Terapi Bercerita Terhadap Tingkat Depresi Lansia. In *Community of Publishing in Nursing* (Vol. 7, Issue 1).
- Merz, E. M., & Gierveld, J. D. (2016). Childhood Memories Family Ties Sibling Support and Loneliness in Ever Windowed Older Adults Quantitative and Qualitative results. *Ageing and Society*, 16(2), 538.
- Munandar, I., & dkk. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia yang Ditinggal Pasangan di Desa Mensere. *Nursing News*, 2, 447–457.
- Murdanita, M. B. (2018). *Hubungan Kesepian Lansia dengan Interaksi Sosial Pada Lansia di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Magetan [Skripsi]*.
- Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial* (Jilid 2). Salemba Humanika.
- Nuraini. (2018). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, Vol 3 No 1, 603–611.
- Poerwanto, A., & Khosianah, F. (2017). *Pengaruh Terapi Storytelling Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Problem Focused Coping Mahasiswa Yang Sedang Skripsi*.
- Rahmi. (2015). Gambaran tingkat kesepian pada lansia di Panti Tresna Werdha Pandaan. *Jurnal Magister Sains Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*. [http://mpsi.umm.ac.id/files/file/257-261 Rahmi.pdf](http://mpsi.umm.ac.id/files/file/257-261%20Rahmi.pdf)
- Rizki, F. (2020). *Perbedaan Kesepian Pada Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin Di Kota Banda Aceh*. 2017(1), 1–9.
- Rohmawati, W. N. (2017). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Kesepian Dan Depresi Pada Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta* (Vol. 87, Issue

1,2).

- Santrock, J. W. (2012). *Life-span Development Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 1*. Erlangga.
- Sari, M. T., & Susanti. (2017). Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur dan Lansia di Kelurahan Paal V - Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 17.
- Sari, R., & Utami, S. (2015). Perbedaan Tingkat Depresi Antara Lansia yang Tinggal di Pstw dengan Lansia yang Tinggal di Tengah Keluarga. In *JOM* (Vol. 2, Issue 2).
- Setyawati, W., Fauzia, R., & Achmad, R. A. (2019). *Hubungan Kesepian Dengan Kecenderungan Kelekatan Terhadap Objek Transisi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru*. 2, 141–146.
- Septiningsih, D. S., & Na'imah, T. (2012). *Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus Dan Strategi Koping*. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan* (Apri Nuryanto (ed.)). Alfabeta.
- Suprpto. (2013). *Jurnal Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Lansia*.
- Surbakti, E. . (2013). *Menata Kehidupan pada Usia Lanjut*. Praninta Aksara.
-