

## Kesunyian dan Hubungan Sosial di Kalangan Warga Tua di Semenanjung Malaysia

Mazura Mokhtar  
Saharani Abdul Rashid  
Yusharina Yusof

### ABSTRAK

*Kajian ini bertujuan melihat perkaitan diantara hubungan sosial dan kesunyian yang dialami oleh warga tua yang berumur 60 tahun dan ke atas di Semenanjung Malaysia. Data yang digunakan dalam kajian ini diperolehi daripada Kajian Penduduk dan Keluarga Malaysia Ke-4 yang telah dilakukan oleh pihak Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN). Kaedah Statistik Diskriptif dan Regresi Logistik digunakan dalam menganggar pembolehubah-pembolehubah yang mempengaruhi kesunyian. Antara pembolehubah-pembolehubah yang digunakan adalah kekerapan berkomunikasi dengan ahli keluarga, jiran atau rakan dan penglibatan dalam aktiviti kemasyarakatan. Hasil kajian mendapati bahawa pembolehubah-pembolehubah yang mempengaruhi kesunyian di kalangan warga tua adalah jantina, umur, status perkahwinan, kekerapan berhubung dengan anak-anak, kekerapan berhubung dengan adik beradik, berbual dengan pasangan, berbual dengan adik beradik, berbual dengan saudara dan menyertai aktiviti sukan atau riadah.*

**Kata Kunci:** *hubungan sosial, kesunyian, warga tua, regresi logistik*

### Pengenalan

Dunia kini sedang berhadapan dengan isu warga tua berikutan peningkatan bilangan golongan ini dari tahun ke tahun. Warga tua pada umumnya adalah individu yang berumur 60 tahun dan ke atas. Punca utama peningkatan warga tua dalam masyarakat sekarang adalah disebabkan oleh pertambahan jangka hayat individu akibat peningkatan kualiti pemakanan, kaedah rawatan pesakit yang semakin baik, kemajuan teknologi perubatan, kesedaran masyarakat dari segi penjagaan kesihatan dan lain-lain lagi (Jemain, Mohamad & Mohamed, 2001).

Berdasarkan statistik yang telah dikeluarkan oleh Jabatan Perangkaan Malaysia (2010), 7.9 peratus atau 2.2 juta daripada 28 juta daripada rakyat Malaysia adalah terdiri daripada warga tua. Menurut Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB), menjelang tahun 2035, Malaysia dijangka akan menjadi negara tua apabila pecahan peratusan populasi warga tua berusia 60 tahun ke atas meningkat kepada 15 peratus. Pertambahan populasi warga tua ini secara tidak langsung akan mengakibatkan peningkatan kos perubatan, penjagaan dan kos penyediaan kemudahan yang akan dibiayai oleh kerajaan bagi meningkatkan kualiti hidup dan kesejahteraan golongan ini.

Kesunyian merupakan antara salah satu sindrom yang kerap dikaitkan dengan warga tua. Takrifan kesunyian adalah berbeza mengikut situasi dan keadaan individu yang mengalaminya. Menurut Wenger et al. (1996), kesunyian adalah suatu perasaan subjektif yang hanya dapat ditakrifkan oleh individu yang mengalaminya. Sementara itu Peplau dan Perlman (1982) mentakrifkan kesunyian sebagai perasaan yang tidak menyenangkan yang terhasil akibat daripada kurangnya hubungan sosial sama ada secara kualitatif atau kuantitatif. Individu yang tinggal bersendirian kebiasaannya lebih cenderung untuk memikirkan jangkaan-jangkaan yang negatif berbanding perkara-perkara yang positif. Sikap kurang percaya terhadap orang lain, malu, kemurungan dan stres akan menyebabkan mereka menjauhkan diri daripada masyarakat dan seterusnya akan meningkatkan lagi perasaan sunyi dalam hidup mereka (Hazer & Boylu, 2010).

Kadar prevalens kesunyian dikalangan warga tua adalah berbeza-beza daripada 7% (Victor et al., 2000) hingga 49% (Holmén, Ericsson & Winblad, 1994). Adalah dianggarkan bahawa 25% daripada populasi dunia akan mengalami kesunyian (Miedema & Tatemichi, 2003). Di Malaysia, pula, 23% atau 53800 daripada 2.4 juta warga tuanya akan mengalami kesunyian (Berita Harian, 11 September 2011).

Masalah kesunyian dikalangan warga tua perlu diberi perhatian oleh semua pihak kerana penyelidikan secara saintifik telah menunjukkan bahawa kesunyian mempunyai hubungan negatif dengan kesihatan mental dan fizikal seseorang (Pennix et. al, 1999). Kajian-kajian lepas juga telah mendapati bahawa kesunyian berkait rapat dengan kemurungan (Cacioppo et al., 2006; Momtaz et al., 2012), pengurangan dalam melakukan aktiviti fizikal (Cacioppo, Hawkley & Thisted, 2010) dan menjejaskan kualiti hidup (Victor et al., 2000). Selain daripada itu, yang paling membimbangkan adalah kesunyian juga menyebabkan berlakunya peningkatan kes kematian dikalangan warga tua (Patterson & Veenstra, 2010).

Menyedari kesan serius yang disebabkan oleh kesunyian terhadap kesihatan warga tua, maka adalah penting untuk menangani masalah ini bagi mengurangkan risiko kesunyian. Peningkatan kes sindrom kesunyian perlu diberi perhatian kerana ia juga dikenalpasti sebagai antara punca utama kepada masalah mental dan tekanan yang kebiasaannya dialami oleh warga tua.

## Metodologi

### Subjek

Kajian ini menggunakan data yang diperolehi daripada Kajian Penduduk dan Keluarga Malaysia ke Empat yang telah dilakukan oleh Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara di bawah Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat. Kaedah temuduga secara berdepan telah digunakan yang melibatkan 1103 orang responden yang mewakili warga tua di Semenanjung Malaysia berumur 60 tahun dan ke atas. Regresi logistik telah digunakan dalam menentukan pembolehubah-pembolehubah yang mempengaruhi kesunyian.

### Analisis

Statistik diskriptif digunakan bagi melihat taburan profil demografi responden yang melibatkan peratusan, min dan juga sisihan piawai. Analisis Khi-Kuasa Dua dijalankan bagi melihat perkaitan diantara profil demografi dengan kesunyian.

Pembolehubah-pembolehubah yang signifikan seperti jantina, umur, tahap pendidikan dan status perkahwin, hubungan sosial dan penglibatan dengan aktiviti-aktiviti sosial yang mempunyai perkaitan dengan kesunyian digunakan dalam model regresi logistik. Tujuan utama regresi logistik ini adalah untuk melihat nisbah kemungkinan bagi individu warga tua untuk berasa sunyi. Berbeza dengan regresi berganda, regresi logistik tidak perlu untuk memenuhi andaian kenormalan (Agresti, 2007). Kaedah ini digunakan bagi memodelkan serta mengukur nisbah dan risiko bagi seseorang warga tua itu untuk mengalami kesunyian berdasarkan nilai beta eksponen.

## Hasil Kajian

Jadual 1 menunjukkan profil demografi bagi responden yang terlibat didalam kajian ini. Selang umur mereka adalah diantara 60 hingga 97 tahun dengan min 68.37 tahun dan sisihan piawai 6.268 tahun. Bagi jantina pula, perbezaan bilangan responden lelaki dan wanita hanyalah 8.6%. Majoriti daripada mereka adalah berbangsa Melayu (55.7%), diikuti dengan Cina (34.9%), India (7.3%) dan selebihnya adalah etnik-etnik lain. Bagi status perkahwinan pula, 59.6% adalah berkahwin, 39.3% pula adalah duda atau janda dan hanya 1.1% atau 12 orang adalah bujang. Manakala prevalen kesunyian dikalangan warga tua di Semenanjung Malaysia adalah pada kadar 42.8%.

Jadual 1: Profil Demografi

Profil	N	%	Min	Sisihan Piawai
Umur			68.37	6.268
Jantina:				
Lelaki	599	54.3		
Wanita	504	45.7		
Etnik:				
Melayu	614	55.7		
Cina	385	34.9		
India	80	7.3		
Lain-lain	23	2.1		
Status perkahwinan:				
Bujang	12	1.1		
Berkahwin	657	59.6		
Duda/janda	433	39.3		
Kesunyian:				
Ya	472	42.8		
Tidak	631	57.2		

Hasil daripada ujian khi-kuasa dua tidak bersandar di dalam Jadual 2 menunjukkan jantina, umur, tahap pendidikan dan status perkahwin mempunyai perkaitan dengan kesunyian yang dialami oleh warga tua. Walaubagaimanapun, didapati bahawa status pekerjaan merupakan pembolehubah yang tidak signifikan dalam menentukan perkaitannya dengan kesunyian.

Jadual 2: Perkaitan Di antara Kesunyian dan Profil Demografi

Faktor	Nilai Khi-Kuasa Dua
Jantina	44.080*
Umur	79.643*
Tahap pendidikan	66.170*
Status perkahwinan	87.684*
Status pekerjaan	1.510

\* p < 0.05

Berdasarkan kepada hasil analisis regresi logistik di Jadual 3, pembolehubah-pembolehubah yang menyumbang kepada kesunyian di kalangan warga tua adalah jantina (B=0.703, Exp (B)=2.2020 dan nilai-p < 0.05), umur (B=0.024, Exp (B)=1.024 dan nilai-p = 0.011), status perkahwinan (B=0.406, Exp (B) = 1.501 dan nilai-p < 0.05), kekerapan berhubung dengan anak-anak (B=0.013, Exp (B) = 1.013 dan nilai-p = 0.011), kekerapan berhubung dengan adik beradik (B=0.005, Exp (B) = 1.005 dan nilai-p = 0.044), berbual dengan pasangan (B=0.009, Exp (B) = 1.009 dan nilai-p = 0.041), berbual dengan adik beradik (B=0.017, Exp (B) = 1.017 dan nilai-p = 0.013), berbual dengan saudara-mara (B= 0.026, Exp (B) = 0.974 dan nilai-p < 0.05) dan menyertai aktiviti sukan atau riadah (B= 0.685, Exp (B) = 0.504 dan nilai-p = 0.001).

Jadual 3: Model Regresi Logistik

Pembolehubah	Coefficient (B)	S.E	Wald	P-value	Exp(B)
Jantina	0.703	0.134	27.677	< 0.050	2.020
Umur	0.024	0.011	4.935	0.026	1.024
Status perkahwinan	0.406	0.091	20.094	< 0.050	1.501
Kekerapan berhubung dengan anak-anak	0.013	0.005	6.478	0.011	1.013
Kekerapan berhubung dengan adik beradik	0.005	0.002	4.041	0.044	1.005
Berbual dengan pasangan	0.009	0.004	4.161	0.041	1.009
Berbual dengan adik beradik	0.017	0.007	6.175	0.013	1.017
Berbual dengan saudara-mara	0.026	0.007	12.633	< 0.050	0.974
Menyertai aktiviti sukan atau riadah	0.685	0.212	10.479	0.001	0.504
Pemalar	-3.562	0.756	22.201	< 0.050	0.028

Model regresi logistik yang diperolehi adalah seperti berikut:

$$\ln \left[ \frac{\text{Kebarangkalian (Kesunyian)}}{\text{Kebarangkalian (Tidak Kesunyian)}} \right] = -3.562 + 0.703(\text{Jantina}) + 0.024 (\text{Umur}) + 0.406 (\text{Status perkahwinan}) + 0.013 (\text{Kekerapan berhubung dengan anak}) + 0.005(\text{Kekerapan berhubung dengan adik beradik}) + 0.009 (\text{Berbual dengan pasangan}) + 0.017 (\text{Berbual dengan adik beradik}) + 0.026 (\text{Berbual dengan saudara-mara}) + 0.685 (\text{Menyertai aktiviti riadah})$$

## Perbincangan dan Kesimpulan

Hasil daripada kajian yang dijalankan, didapati bahawa salah satu faktor yang memberi kesan kepada kesunyian adalah jantina yang mana golongan warga tua lelaki lebih berasa sunyi jika dibandingkan dengan wanita dan keputusan ini adalah konsisten dengan kajian yang telah dilakukan oleh Savikko et al. (2005) dan Hazer dan Boylu (2010).

Umur juga merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada kesunyian. Semakin meningkatnya umur seseorang warga tua itu maka risiko untuk mereka mengalami sindrom kesunyian juga turut meningkat. Kajian-kajian lepas juga telah mendapati bahawa umur sememangnya berkait rapat dengan kesunyian (Andersson, 1998; Donalson & Watson, 1996; Savikko et al., 2005).

Hacıhasanoğlu, Yildirim dan Karakurt (2012) serta Hazer dan Boylu (2010) telah mengenalpasti bahawa status perkahwinan juga ada kaitannya dengan kesunyian. Kajian ini juga menunjukkan bahawa warga tua berstatus duda atau janda lebih berasa sunyi jika dibandingkan dengan mereka yang mempunyai pasangan hidup.

Berdasarkan kepada Model Regresi Logistik, hubungan sosial juga merupakan penyumbang kepada kesunyian yang dialami oleh warga tua di Semenanjung Malaysia. Kekekapan berhubung dengan anak-anak atau adik-beradik dapat mengurangkan kesunyian berbanding dengan mereka yang tidak berhubung di antara satu sama lain. Namun begitu, kajian oleh Routasalo et al. (2006) lebih menekankan kualiti hubungan dengan anak-anak berbanding dengan kekerapan berhubung. Kajian lepas mendapati bahawa rakan-rakan merupakan individu penting kepada warga tua dalam mengurangkan kesunyian mereka (Routasalo et al., 2006). Walaubagaimanapun, kajian ini menunjukkan sebaliknya.

Selain daripada faktor-faktor di atas, perbualan dengan individu lain juga dapat mengurangkan rasa sunyi. Didapati bahawa jika seseorang warga tua itu meluangkan masa untuk berbual dengan pasangan, adik-beradik atau saudara mara, maka risiko untuk mereka kesunyian adalah lebih rendah berbanding dengan mereka yang kurang atau tidak berkomunikasi dengan golongan tersebut.

Kajian ini juga mendapati bahawa penglibatan warga tua dalam aktiviti sukan atau riadah secara tidak langsung juga boleh membantu mereka dalam mengurangkan kesunyian. Aktiviti-aktiviti seperti ini akan membolehkan mereka berinteraksi dengan orang lain serta bertukar-tukar pandangan dan juga dapat mengisi masa lapang.

Secara keseluruhannya, faktor-faktor demografi seperti jantina, umur dan status perkahwinan berkait rapat dengan kesunyian. Selain itu, hubungan sosial juga berperanan dalam membantu warga tua mengurangkan perasaan sunyi dikalangan mereka melalui interaksi atau pergaulan.

## Rujukan

- Agresti, A. (2007). *An Introduction to Categorical Data Analysis*. 2<sup>nd</sup> ed. Wiley-Interscience.
- Andersson, L. (1998). Loneliness research and interventions: a review of the literature. *Aging Mental Health*, 2, 264 – 274.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21, 140 – 151.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and Aging*, 25(2), 453 – 463.
- Donalson, J. M., & Watson, R. (1996). Loneliness in elderly people: an important area for nursing research. *Journal of Advanced Nursing*, 24, 952 – 959.
- Hacıhasanoğlu, R., Yildirim, A., & Karakurt, P. (2012). Loneliness in elderly individuals, levels of dependence in activities of daily living (ADL) and influential factors. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 54, 61 – 66.
- Halid, S. (2011, September 19). 538000 warga emas sunyi. *Berita Harian*. Dicapai dari [http://www.bharian.com.my/bharian/articles/538\\_000wargaemassunyi/Article](http://www.bharian.com.my/bharian/articles/538_000wargaemassunyi/Article)
- Hazer, O. & Boylu, A. A. (2010). The examination of the factors affecting the feeling of loneliness of the elderly. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 2083 – 2089.

- Holmén, K., Ericsson, K., & Winblad, B. (1994). Loneliness and living conditions of the oldest old. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 22, 15 – 19.
- Jabatan Perangkaan Malaysia. (2010). *Taburan Penduduk Dan Ciri-Ciri Asas Demografi*.
- Jemain, A. A., Mohamad, L. Z., & Mohamed, W. N. (2001). *Jaminan Sosial Warga Tua*. Petaling Jaya: Prentice Hall.
- Miedema, B., & Tatemichi, S. (2003). Gender, marital status, social networks and health: their impact on loneliness in the very old. *Geriatrics Today*, 6, 95 – 99.
- Momtaz Y. A., Hamid, T. A., Yusoff, S., Ibrahim, R., Chai, S. T., Yahaya, N., & Abdullah, S. S. (2010). Loneliness as a risk factor for hypertension in later life. *Journal of Aging and Health*, 24(4), 696 – 710.
- Patterson, A. C., & Veenstra, G. (2010). Loneliness and risk of mortality: a longitudinal investigation in Alameda County, California. *Social Science and Medicine*, 71(1), 181 – 186.
- Penninx, B. W. J. H., Van Tilburg, T., Kriegsman, D. M. W., Boeke, A. J. P., Deeg, D. J. H., & Van Eijk, J. T. M. (1999). Social network, social support, and loneliness in older persons with different chronic diseases. *Journal of Aging and Health*, 11(2), 151-168.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. Dlm. Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. hlm. 1-18. New York: Wiley.
- Routasalo, P. E., Savikko, N., Tilvis, R. S., Strandberg, T. E., & Pitkälä, K. H. (2006). Social contact and their relationship to loneliness among age people – A population based study. *Gerontology*, 52, 181-187.
- Savikko, N., Routasalo, P., Tilvis, R. S., Strandberg, T. E., & Pitkälä, K. H. (2005). Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 41, 223 - 233.
- Victor C., Scambler, S., Bond, J., & Bowling, A. (2000). Being alone in later life: loneliness, social isolation and living alone. *Reviews in Clinical Gerontology*, 10, 407 – 417.
- Wenger, G., Davies, R., Shahtahmasebi, S., & Scott, A. (1996). Social isolation and loneliness in old age: review and model refinement. *Ageing and Society*, 16, 333–358.

---

MAZURA MOKHTAR, SAHARANI ABDUL RASHID, YUSHARINA YUSOF, Universiti Teknologi MARA Pahang. [mazura\\_mokhtar@pahang.uitm.edu.my](mailto:mazura_mokhtar@pahang.uitm.edu.my), [saharani@pahang.uitm.edu.my](mailto:saharani@pahang.uitm.edu.my), [yusharina@pahang.uitm.edu.my](mailto:yusharina@pahang.uitm.edu.my)