

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Permasalahan**

Stres merupakan hal yang tidak pernah lepas dari kehidupan manusia siapa saja dalam bentuk tertentu, dalam kadar berat ringan yang berbeda dan dalam jangka panjang atau pendek yang tidak sama pernah dialami manusia. Stres menyerang semua orang dari waktu ke waktu. Bayi bisa terkena stres, kaum muda, orang dewasa, apalagi usia lanjut.

Secara umum stres merupakan suatu keadaan atau kondisi yang muncul ketika seseorang dihadapkan pada kejadian atau peristiwa yang dirasakan individu dapat membahayakan keadaan fisiologis atau psikologisnya.

Menurut Selye (dalam Hawari, 2001) yang dimaksud dengan stres adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap tuntutan beban yang datang atasnya.

Melalui penelitian yang dilakukan Holmes untuk mencari permasalahan-permasalahan apa saja yang dapat menyebabkan terjadinya stres. Setelah ditemukan ternyata banyak permasalahan yang dapat menyebabkan stres, tapi yang menduduki tempat atau peringkat tertinggi yang menjadi penyebab terjadinya stres pada seseorang adalah kehilangan pasangan hidup karena kematian (Hawari, 2001)

Berdasarkan fakta stres yang dihadapi oleh individu setelah kehilangan

pasangan hidup berbeda antara manula dengan usia dewasa. Pada usia dewasa permasalahan yang dihadapi lebih banyak kearah psikologis baik yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan, sedangkan pada manula lebih kearah fisik.

Thomas dan Rahe (dalam Miller dkk, 1986) mengatakan apabila stres terjadi pada manula kondisinya lebih berbahaya daripada usia sebelumnya. Pada manula apabila mereka terserang stres akan sangat berpengaruh pada kondisi fisiknya. Selain penurunan fungsi fisik karena usia dan permasalahan yang dihadapi sebelumnya ditambah lagi dengan pengaruh stres pada fisik karena kehilangan pasangan hidup, ada beberapa dari manula setelah kehilangan atau kematian pasangan hidup tidak sanggup untuk bertahan hidup lebih lama. Tapi ada juga manula yang walaupun sudah kehilangan pasangan hidup, masih bisa bertahan untuk hidup.

Walaupun bisa bertahan setelah kehilangan pasangan hidup, banyak dari manula baik laki-laki maupun perempuan mengakui bahwa penderitaan yang paling berat adalah merasa kesepian. Ini sesuai dengan pendapat Hardy dan Heyes (1985) yang mengatakan apabila teman seumur hidup suami atau istri meninggal, maka seorang individu akan mengalami desolasi. Artinya tidak ada lagi yang bisa diajak berbicara secara pribadi atau tidak ada lagi orang yang memiliki ikatan emosional yang kuat dengannya. Seringkali desolasi ini memberikan perasaan kesepian yang mendalam.

Berdasarkan pendapat Wauran (1985) bahwa setelah kehilangan pasangan hidup, manula sering merasa bahwa mereka sudah tersingkir atau disingkirkan oleh