

Kodokushi sebagai Dampak Juggernaut Modernitas di Era *Hyper-Aging Society* Jepang

(*Kodokushi* as the Impact of Juggernaut of Modernity in Japanese Hyper-Aging Era)

Putri Elsy^{1*} I. B. Wirawan² Pinky Saptandari³ ^{1,2}Program Studi Doktor Ilmu Sosial, Universitas Airlangga³Program Studi Antropologi, Universitas Airlangga^{1,2,3}Jalan Dharmawangsa Dalam, Gubeng, Surabaya 60286^{1,2,3}Tel.: +62(31)5034015

*Surel: putri-e@fib.unair.ac.id

Diterima: 26 Juli 2023

Direvisi: 16 Juli 2024

Diterbitkan: 31 Juli 2024

Abstrak

Artikel ini bertujuan mendeskripsikan fenomena kodokushi (mati kesepian) pada lansia dalam masyarakat hyper-aging di Jepang sebagai dampak negatif modernitas. Penelitian ini memanfaatkan perspektif juggernaut modernitas Anthony Giddens. Juggernaut adalah sebuah mesin berjalan (panser raksasa) yang memiliki kekuatan luar biasa, yang dapat dikemudikan sampai batas-batas tertentu, tetapi juga besar kemungkinan akan kehilangan kendali dan yang dapat mengoyak-ngoyak dirinya sampai berkeping-keping. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena mati kesepian (kodokushi) pada lansia mencerminkan juggernaut modernitas yang tidak terkendali. Perubahan struktur keluarga, penurunan tingkat kelahiran dan nilai-nilai budaya yang dianut dan menjadi karakter orang Jepang menyebabkan kodokushi tetap tinggi di Jepang khususnya di kalangan lansia. Lansia yang tinggal sendiri tanpa ikatan keluarga atau komunitas tradisional hidup dalam isolasi sosial. Dalam konteks juggernaut modernitas Giddens, juggernaut telah kehilangan kendali. Fenomena kodokushi mencerminkan tantangan kompleks. Banyak lansia mengalami isolasi dan kesepian karena kurangnya ikatan sosial yang kuat. Secara budaya, budaya tidak ingin merepotkan orang lain yang (*meiwaku wo kaketakunai*) yang tertanam dalam masyarakat Jepang menjadi penghalang dalam mengatasi kodokushi. Usaha mengatasi kodokushi ini memerlukan upaya holistik dari pemerintah, lembaga sosial, dan masyarakat. Meskipun usaha-usaha untuk mengatasi kodokushi telah dilakukan, dalam masyarakat hyper-aging Jepang, memahami dan menangani kompleksitas ini sangat penting.

Kata kunci: juggernaut modernitas, *kodokushi*, lansia dan kesepian, modernitas di Jepang

Abstract

This article aims to describe the phenomenon of kodokushi (lonely death) among the elderly in



Japan's hyper-aging society as a negative impact of modernity. The research is analyzed through Anthony Giddens' juggernaut of modernity perspective. The juggernaut is a walking machine (giant panzer) with extraordinary power, which we can steer to a certain extent but is also likely to lose control and tear itself to pieces. The results show that the phenomenon of lonely death (kodokushi) in the elderly reflects the uncontrollable juggernaut of modernity. Changes in family structure, the decline in birth rates, and cultural values that Japanese people hold cause kodokushi to remain high in Japan, especially among the elderly. Elderly people who live alone without traditional family or community ties live in social isolation. In the context of Giddens' Juggernaut of Modernity, the juggernaut has lost control. The phenomenon of kodokushi reflects complex challenges. Many older people experience isolation and loneliness due to a lack of strong social ties. Culturally, the ingrained culture of not wanting to inconvenience others (*meiwaku wo kakutakunai*) in Japanese society is a barrier to overcoming kodokushi. Addressing this phenomenon requires holistic efforts from the government, social institutions, and society. Although efforts to overcome kodokushi have been made, understanding and dealing with these complexities is crucial in Japan's hyper-aging society.

Keywords: elderly and loneliness, juggernaut of modernity, *kodokushi*, modernity in Japan

PENDAHULUAN

Jepang dikenal sebagai negara dengan penduduk usia lanjut tertinggi di dunia. Hal ini terlihat dari semakin panjangnya usia orang Jepang, yaitu rata-rata usia wanita 87,5 tahun dan pria 81,4 tahun pada tahun 2019 (Statistics Bureau 2021). Panjangnya usia hidup ini menyebabkan orang Jepang hidup lebih lama atau dapat menikmati hidup lebih panjang. Di sisi lain, dengan panjangnya usia hidup ini, berbagai persoalan akan muncul dan harus dihadapi oleh lansia.

Perubahan masyarakat Jepang yang telah menjadi masyarakat hiperlansia (*hyper-aging society*) membawa permasalahan sendiri kepada lansia. Selama setengah abad sejak tahun 1970 telah terjadi perubahan demografi, keluarga, dan sosial yang ikut memengaruhi berbagai aspek dalam kehidupan masyarakat Jepang, dan berdampak pada lansia yang saat ini menjadi populasi yang terus meningkat drastis. Modernitas membawa perubahan yang besar terhadap perubahan komposisi penduduk, perubahan keluarga, berkurangnya ikatan sosial dan komunitas yang berdampak pada lansia dan masyarakat Jepang.

Suatu negara dikatakan menua ketika segmen lansia dari penduduk negara tersebut meningkat lebih cepat daripada penduduk lainnya. Sebagai pengukur yang umum dilakukan adalah perubahan persentase penduduk yang berusia 65 tahun ke atas (Cowgill 1974). Coulmas (2007) menyatakan bahwa ada tiga istilah yang mendefinisikan tentang penuaan dalam masyarakat, *aging society* dengan jumlah penduduk yang berusia 65 tahun ke atas sebanyak 7–14 persen, *aged society* dengan jumlah penduduk yang berusia 65 tahun ke atas sebanyak 14–21 persen, dan *hyper-aged* dengan jumlah penduduk yang berusia 65 tahun ke atas sebanyak 21 persen.

Berdasarkan tiga pembagian tersebut, dari data *Statistical Handbook of Japan 2022* (Statistics Bureau 2022), Jepang mulai memasuki *aging society* pada tahun 1970 karena sebanyak 7,1 persen jumlah penduduknya merupakan orang-orang yang berusia 65 tahun keatas. Dibandingkan dengan negara lain di dunia, penuaan penduduk di Jepang berlangsung dengan cepat. Setelah tahun 2007 masyarakat Jepang telah memasuki masa *super-aging society* dengan populasi penduduk usia lansia lebih dari 21 persen dan pada tahun 2021 persentase lansia mencapai angka 28,9 persen. Kecepatan penuaan penduduknya ini tidak memungkinkan Jepang belajar dari negara lain untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Sebaliknya, negara lain mengacu kepada

pengalaman Jepang dalam mengatasi masalah penuaan yang berlangsung di negaranya masing-masing.

Jepang dikenal sebagai negara modern dengan teknologi dan industri maju. Modernisasi Jepang berlangsung dalam tiga fase: dipengaruhi Cina pada abad keenam hingga kedelapan, terjadi “eropenisasi” setelah Restorasi Meiji pada tahun 1868, dan demokratisasi pasca-Perang Dunia II. Masyarakat Jepang hidup dengan dua struktur ganda, yaitu modernitas dan tradisi (Befu 1971; Kumagai & Keyser 1996).

Modernisasi Jepang dari segi ekonomi dan teknologi telah membawa dampak yang sangat positif, tetapi tidak dapat diabaikan bahwa ada pula dampak negatif yang berpotensi tidak terkendali. Dalam perjalanan modernisasi, Jepang dihadapkan pada berbagai masalah sosial yang kompleks dan sulit diatasi. Salah satu konsep yang relevan untuk memahami dampak negatif dan tidak terkendali dan menghasilkan konsekuensi yang tidak diinginkan dari modernitas adalah konsep juggernaut modernitas dari Anthony Giddens. Juggernaut modernitas mengacu pada sebuah kekuatan seperti panser raksasa yang dapat dikendalikan pada batas tertentu, tetapi juga ada risiko besar kehilangan kendali dan hancur karena kekuatannya. Juggernaut tidak terkendali menghancurkan siapa pun yang berada di depan karena kekuatannya (Giddens 1999; 2005).

Dalam konteks modernitas Jepang, konsep ini menggambarkan bagaimana negara tersebut mengalami perubahan cepat dan drastis yang menyebabkan berbagai masalah yang tidak terduga dan tidak terkendali. Dampak negatif modernitas yang tidak terkendali di Jepang dapat dilihat dari berbagai fenomena yang terjadi di Jepang saat ini seperti fenomena *hyper-aging*. Selain itu, modernitas juga menciptakan fenomena *muen shakai* atau masyarakat tanpa hubungan sosial. Banyak individu merasa terasing dan kesepian karena hubungan sosial yang semakin menurun kualitasnya. Hal ini mengakibatkan meningkatnya kesendirian dan isolasi sosial di tengah masyarakat Jepang, yang pada akhirnya dapat menimbulkan masalah kesehatan mental dan emosional yang serius (Horlacher & MacKellar 2006). Tidak hanya itu, modernitas juga menciptakan fenomena *solo shakai* atau masyarakat yang lebih cenderung hidup sendiri dan mandiri, daripada membentuk hubungan sosial yang erat. Perubahan nilai-nilai sosial menjadi faktor utama di balik tren ini.

Fenomena lain yang tidak dapat diabaikan sebagai bentuk dari modernitas negatif yang berpotensi tidak terkendali adalah meningkatnya kasus *kodokushi* atau mati kesepian. Banyak orang tinggal seorang diri tanpa ada orang lain yang mengetahui atau peduli akan kematian mereka. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktur keluarga dan kurangnya jaringan sosial yang solid (Dahl 2020; Otani 2011), sehingga *kodokushi* menjadi masalah sosial di Jepang.

Kodokushi menjadi masalah sosial dalam beberapa dekade terakhir, dan banyak interpretasi yang berbeda tentang penyebabnya, termasuk kemungkinan isolasi sosial, kemiskinan, dan pengucilan sosial. Evolusi istilah *kodokushi* dapat dibagi menjadi empat fase, mulai dari menggambarkan kematian yang tidak terdeteksi hingga peristiwa yang memicu perasaan terkejut atau ketidaknyamanan, terutama setelah gempa besar di Kobe tahun 1995 yang memaksa orang untuk pindah ke tempat penampungan sementara (Dahl 2020; Otani 2011).

Masalah *kodokushi* telah menjadi salah satu masalah sosial dalam masyarakat menua Jepang. Dalam penelitiannya di Tokyo sebagai satu-satunya kota di Jepang yang memublikasikan kasus *kodokushi*, Toyama & Poudyal (2021) menyatakan *kodokushi* yang terjadi secara konsisten

meningkat tahun 2003–2010 pada lansia yang berusia 60 tahun ke atas. Pria yang berusia 60–69 dan 70–79 mengalami peluang yang lebih tinggi mengalami *kodokushi*.

Berdasarkan data Kantor Kesehatan Tokyo tahun 2018, jumlah lansia yang tinggal sendirian dan meninggal secara *kodokushi* tetap berjumlah di atas 7.000 orang pada tahun 2010–2016. Jumlah ini jauh lebih tinggi dibandingkan jumlah lansia yang hidup sendiri dan meninggal di apartemen mereka. Isu *kodokushi* ini lima belas atau dua puluh tahun yang lalu tidak muncul di hadapan publik (Dahl 2020). Karena pada tahun 2016 seperempat dari semua kasus *kodokushi* di Tokyo berusia di bawah 60 tahun, masalah *kodokushi* menjadi masalah yang relevan di seluruh populasi Jepang di masa depan (Toyama & Poudyal 2021).

Dalam menghadapi masalah *kodokushi* ini, pemerintah dan komunitas lokal juga telah melakukan usaha untuk mengatasinya. Dahl (2020) dalam artikelnya membahas *kodokushi* dari sudut pandang studi *governmentality* dan berfokus pada teknik dan strategi mencegah peningkatan *kodokushi*. Ia melakukan penelitian di kawasan perumahan di Kota Chiba, Jepang. Dahl menjelaskan bagaimana wacana kontemporer mengonstruksi *kodokushi* sebagai “kematian yang buruk” dan bagaimana citra negatif ini digunakan pemerintah pusat maupun lokal sebagai insentif untuk membangun jaringan komunitas lokal yang efisien. Dalam artikelnya ia memperlihatkan inisiatif komunitas lokal yang mencoba mengurangi *kodokushi* dengan meningkatkan kesadaran warga tentang masalah *kodokushi* dengan mengatifikan kembali kehidupan lingkungan. Namun, dalam praktik sosial, upaya ini terbukti menjadi “masalah yang kompleks.” Hal ini menunjukkan solusi teoretis tidak mudah diterapkan di lapangan.

Berdasarkan bermasalahan *kodokushi* yang terjadi saat ini, khususnya dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Dahl (2020) tersebut yang menyatakan solusi teoretis tidak mudah diterapkan di lapangan sehingga masalah *kodokushi* akan menjadi masalah yang terus berkelanjutan, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor penyebab *kodokushi* sebagai dampak atau konsekuensi dari modernitas yang tidak terkendali di Jepang. Adapun konsep yang digunakan untuk meneropong fenomena itu adalah konsep juggernaut modernitas menurut Anthony Giddens.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Metode kualitatif deskriptif bertujuan mendeskripsikan fenomena yang ada secara mendalam dan menyeluruh dengan cara mengumpulkan data yang kaya dan rinci. Metode ini membantu peneliti memahami konteks, proses, dan makna dari fenomena yang diteliti tanpa memanipulasi variabel atau lingkungan penelitian.

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara terstruktur terhadap lansia yang tinggal sendiri di Jepang. Karena peneliti tidak melakukan penelitian lapangan di Jepang dan menghadapi keterbatasan akses untuk wawancara lisan, wawancara dilakukan dalam bentuk pertanyaan tertulis. Untuk menemukan dan berkomunikasi dengan informan, peneliti meminta bantuan seorang narahubung, warga negara Jepang yang pernah tinggal di Indonesia, dan saat ini menetap di Sendai, Jepang. Narahubung ini memainkan peran penting dalam mengidentifikasi informan yang memenuhi kriteria penelitian, yaitu lansia yang tinggal sendiri, karena mereka dianggap lebih rentan terhadap fenomena *kodokushi*.

Narahubung berhasil menemukan tiga lansia yang sesuai dengan kriteria: Kakek I (83 tahun), Bapak M (76 tahun), dan Ibu S (73 tahun). Meskipun ketiganya memiliki anak, mereka tetap tinggal sendiri. Peneliti kemudian mengirimkan daftar pertanyaan wawancara terstruktur kepada narahubung melalui aplikasi WhatsApp. Narahubung membagikan pertanyaan tersebut kepada para informan. Menantu Kakek I membantu menuliskan jawaban Kakek I secara tertulis, Bapak M mengetik jawabannya sendiri, dan anak Ibu S membantu menuliskan jawaban ibunya. Jawaban tertulis dari ketiga informan ini kemudian dikumpulkan oleh narahubung dan dikirimkan kepada peneliti pada tanggal 3–4 Juni 2023. Hasil wawancara ini kemudian dianalisis sebagai data primer.

Selain data primer, penelitian ini juga mengumpulkan data sekunder melalui dokumen dan studi pustaka. Sumber data sekunder mencakup artikel jurnal, makalah konferensi, laporan penelitian, berita dari NHK, dan koran daring yang relevan dengan penelitian. Data statistik juga diambil dari buku *Statistical Handbook of Japan* yang diterbitkan oleh Biro Statistik Kementerian Dalam Negeri dan Komunikasi Jepang.

Untuk analisis data, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif. Data yang diperoleh dari wawancara dan dokumen diorganisasi secara sistematis dengan mengategorikan data, menjabarkan ke unit-unit, melakukan sintesis, menyusun ke dalam pola, memilih informasi yang penting, dan kemudian membuat simpulan berdasarkan temuan (Sugiyono 2012, 88). Dengan pendekatan ini, penelitian dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang fenomena *kodokushi* dalam konteks modernitas dan masyarakat *hyper-aging* di Jepang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Juggernaut Modernitas

Giddens menggambarkan kehidupan modern sebagai juggernaut (panser raksasa) yang dimulai pada abad ke-17 di Eropa. Istilah ini menggambarkan tahapan kemajuan modernitas, yaitu modernitas radikal atau modernitas akhir. Giddens menolak pandangan bahwa kita telah memasuki era posmodern, tetapi dia menyatakan kemungkinan munculnya tipe posmodernisme di masa depan. Giddens menggambarkan juggernaut modernitas sebagai berikut.

Juggernaut adalah sebuah mesin berjalan (panser raksasa) yang memiliki kekuatan luar biasa. Kita sebagai umat manusia dapat mengendalikannya hingga batas tertentu, tetapi juga ada risiko besar kehilangan kendali dan hancur karena kekuatannya. Juggernaut tidak terkendali menghancurkan siapa pun yang berada di depannya, kadang-kadang bergerak lurus, tetapi kadang-kadang berbalik arah secara drastis tanpa diprediksi. Mengendalikan juggernaut tidaklah menyenangkan, tetapi penuh dengan antisipasi dan harapan. Namun, di tengah perjalanan modernitas, kita tidak dapat merasa sepenuhnya aman karena terdapat risiko besar. Rasa aman dan kegelisahan hidup berdampingan secara ambivalen (Giddens 2005).

Gagasan mengenai juggernaut modernitas ini merupakan sebuah metafora yang digunakan untuk menggambarkan kekuatan perubahan sosial modern yang kuat, dinamis, dan sering tidak terkendali. Perubahan ini membawa pergeseran signifikan dalam struktur sosial, hubungan dan pengalaman individu. Metafora juggernaut ini menyoroti perubahan yang tidak terbandung dan kadang merusak karena modernitas dapat mengganggu cara hidup tradisional, menciptakan risiko baru, dan mengarah pada konsekuensi yang tidak terduga.

Modernitas yang sulit dikendalikan seperti ini, dalam buku *The Consequences of Modernity* Giddens mengakibatkan sejumlah konsekuensi. Pertama, pemisahan ruang dan waktu. Dalam masyarakat pramodern, ruang dan waktu secara umum dianggap serupa berbentuk kehadiran dan aktivitas

yang ditempatkan pada saat yang sama. Datangnya modernitas mengubah ruang dari tempat yang berkembang dengan membangun hubungan-hubungan ketidakhadiran yang lokasinya berjauhan dengan situasi dan interaksi yang berhadap-hadapan. Pemisahan waktu dan ruang memungkinkan mobilitas fisik yang tinggi dan komunikasi cepat melalui teknologi seperti transportasi dan internet. Namun, hal ini juga dapat menyebabkan perasaan terasing dan kehilangan ikatan dengan komunitas tradisional. Kedua, reflektivitas, dalam masyarakat modern individu dan lembaga terus merenungkan dan memperbaiki praktik mereka berdasarkan informasi terbaru. Ketiga, risiko dan ketidakpastian, modernitas membawa berbagai bentuk risiko baru, mulai bahaya lingkungan, ketidakstabilan ekonomi, dan ancaman teknologi. Keempat, modernitas terkait dengan fenomena globalisasi, hubungan dan interaksi antara negara dan budaya semakin terhubung dan saling tergantung, membawa manfaat ekonomi dan pertukaran budaya, tetapi juga dapat menyebabkan ketimpangan sosial dan kerugian budaya lokal. Menurut Giddens (1999), dunia sekarang adalah dunia yang lepas kendali (*runaway world*). Banyak risiko dan ketidakpastian baru yang memengaruhi kita, di mana pun kita berada, dan semuanya berkaitan erat dengan globalisasi. Globalisasi memengaruhi negara-negara di dunia. Aspek globalisasi memberikan kontribusi pada tekanan dan desakan yang memengaruhi berbagai budaya dan cara hidup tradisional di sebagian besar wilayah di dunia. Keluarga tradisional terancam, berubah, dan akan terus berubah lebih jauh lagi.

Kodokushi dan Faktor Penyebabnya

Istilah *kodokushi* belum memiliki pengertian baku dan dapat diartikan berbeda-beda. Menurut Kotobank (Kotobank n.d.), *kodokushi* mengacu pada kematian seseorang yang hidup sendiri tanpa ada orang yang merawat. Definisi dari Asahi Shimbun mengutip pengertian *kodokushi* dari *Kojien* sebagai “mitoruhitomonaku hitorikiride shinu koto,” yang artinya ‘meninggal seorang diri tanpa ada orang yang merawat.’ *Dijital Daijisen* menyebutkan *kodokushi* sebagai “mengalami kematian tanpa seorang pun yang menyadarinya. Apabila orang yang tinggal sendiri ketika sakit atau dalam situasi darurat tidak mencari pertolongan dan meninggal mendadak, setelah beberapa saat kemudian mayatnya ditemukan.” Menurut *Daijirin*, *kodokushi* berarti “kematian tanpa ada yang merawat. Khususnya, lansia yang hidup sendiri, mati di kamar sendiri, setelah beberapa saat dari kematian mayatnya ditemukan.”

Kodokushi adalah fenomena kematian orang yang tinggal sendiri tanpa memiliki hubungan dengan keluarga atau kenalan. Hal ini sering terjadi pada lansia yang hidup dalam isolasi dan kesepian. Fenomena ini telah menjadi umum di Jepang sejak tahun 1980-an, terutama karena perubahan demografi, perubahan komposisi rumah tangga, penurunan tingkat kelahiran, jumlah anggota keluarga yang berkurang, dan meningkatnya jumlah lansia yang tinggal sendirian.

Sejak pasca-Perang Dunia II terjadi arus urbanisasi. Banyak kaum muda desa pindah dan mencari kerja di kota. Hal ini menyebabkan struktur keluarga tradisional Jepang ikut berubah. Struktur keluarga Jepang tradisional yang terdiri atas keluarga luas tiga generasi menjadi keluarga inti. Berbagai perubahan sosial yang terjadi di Jepang menyebabkan komposisi keluarga mengalami perubahan signifikan. Saat ini komposisi rumah tangga Jepang dapat dibagi menjadi rumah tangga tunggal (satu orang), rumah tangga suami-istri, rumah tangga pasangan suami-istri dan anak, rumah tangga orang tua tunggal dan anak, serta rumah tangga lainnya. Perubahan komposisi rumah tangga di Jepang dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Perubahan Komposisi Rumah Tangga Berdasarkan Data Sensus

Tahun	Rumah Tangga (%)				
	Tunggal	Suami-Istri	Pasangan Suami-Istri dan Anak	Orang Tua Tunggal dan Anak	Lainnya
2005	29,5%	19,6%	29,8%	8,3%	12,8%
2010	32,4%	19,8%	27,9%	8,7%	11,1%
2015	34,6%	20,1%	26,9%	8,9%	9,4%
2020	38,1%	20,1%	25,1%	9,0%	7,7%

Sumber: Biro Statistik Kementerian Dalam Negeri dan Komunikasi 2020 dalam laporan Dai 5-kai kodoku-shi genjō repōto 2020 (Shadanhōjin Nihon shōgaku tanki hoken kyōkai 2020)

Dari Tabel 1 terlihat peningkatan rumah tangga tunggal dari 29,5% pada tahun 2005 menjadi 38,1% pada tahun tahun 2020. Selama 15 tahun terdapat peningkatan sebesar 8,6% rumah tangga tunggal. Fenomena ini dikenal dengan istilah *solo shakai* ‘masyarakat yang hidup sendiri.’ Apabila digabungkan orang yang tinggal sendiri dan pasangan suami istri yang berisiko *kodokushi*, dapat dikatakan *kodokushi* merupakan sebuah risiko yang bisa terjadi kapan saja. Dengan kondisi masyarakat yang hidup sendiri (*solo shakai*) ini penanganan masalah *kodokushi* akan sulit terkendali.

Penyebab demografis utama penurunan fertilitas yang fenomenal adalah penundaan pernikahan dan melahirkan anak selama 35 tahun antara tahun 1975 dan 2005. Proporsi penduduk yang tidak pernah menikah meningkat secara drastis di antara penduduk usia subur dari 21 persen menjadi 60 persen untuk wanita berusia 25 hingga 29 tahun dan 8 persen hingga 33 persen untuk mereka yang berusia 30 hingga 34 tahun antara tahun 1975 dan 2004. Rata-rata umur kawin pertama meningkat dari 24,7 menjadi 28 tahun untuk wanita, dan rata-rata umur melahirkan pertama meningkat dari 25,7 menjadi 29,1.

Latar belakang penurunan fertilitas ini menurut Atoh (2008) adalah pertama, munculnya masyarakat yang makmur akibat pertumbuhan ekonomi jangka panjang menyebabkan runtuhnya norma-norma sosial yang ada dan melahirkan konsumerisme dan individualisasi. Pada periode ekonomi yang sudah berkembang penuh, kebebasan kaum muda untuk memilih jalan hidup mereka sendiri diperluas tanpa banyak pertimbangan sanksi sosial. Selain itu, norma sosial yang berkaitan dengan seks pranikah, usia pernikahan yang sesuai dan perceraian terus dilonggarkan. Berbagai pilihan konsumsi, seperti perjalanan, lokal atau luar negeri, mobil peralatan audio visual dan *software* internet, menjadi tersedia dengan mudah. Semua hal yang dijelaskan ini berkaitan dengan dampak negatif modernitas.

Kedua, emansipasi perempuan. Pencapaian pendidikan perempuan yang lebih tinggi, peningkatan lapangan kerja dan perbedaan upah gender yang menyusut selain disebabkan oleh kemakmuran juga disebabkan oleh meningkatnya permintaan akan kesetaraan gender di kalangan perempuan. Selain itu, terjadi transformasi industri ke ekonomi jasa, membuat para perempuan ini lebih mudah untuk melanjutkan dan menikmati hidup sebagai lajang. Pandangan yang mendukung keluarga modern, yang ditandai dengan pembagian gender suami pencari nafkah-ibu di rumah tangga, secara bertahap melemah sejak pertengahan tahun 1970-an, meskipun sekitar setengah dari penduduk dewasa masih mendukung mereka pada tahun 2000-an. Perempuan yang berpendidikan dengan gelar sarjana merasa kesulitan untuk menyeimbangkan antara karir dan kehidupan rumah tangga. Hanya sebanyak 30 persen wanita pekerja penuh waktu yang bisa kembali bekerja setelah melahirkan sampai tahun 2000-an. Hal ini menjadi faktor bagi wanita untuk menunda pernikahannya.

Penundaan pernikahan ini menyebabkan menurunnya tingkat kelahiran. Hal ini menyebabkan meningkatnya jumlah lansia. Pada tahun 2021, jumlah anak usia 0–14 tahun adalah 11,8 persen dari total populasi, sedangkan jumlah lansia usia 65 tahun ke atas adalah 28,9 persen dari total populasi. Diperkirakan pada tahun 2060 jumlah lansia mencapai 38,1 persen (Statistics Bureau 2022). Dengan meningkatnya jumlah lansia ini, akan banyak kasus *kodokushi* di kalangan lansia.

Contoh Kasus *Kodokushi*

Kodokushi menjadi terkenal setelah gempa bumi besar Hanshin 1995 di Kobe, merujuk pada kematian terisolasi lansia yang tinggal di tempat penampungan sementara dan perumahan rekonstruksi pascagempa tanpa keluarga yang merawat. Fenomena ini menyoroti masalah sosial akibat perubahan luas di Jepang, termasuk penuaan populasi, stagnasi ekonomi, urbanisasi, dan hilangnya rasa komunitas. Pada tahun 2005, tayangan televisi menggambarkan kematian seorang pria berusia 50 tahun di kompleks perumahan Tokiwadaira yang menderita pengucilan sosial dan hidup sendiri. Kompleks perumahan ini didirikan pada 1959 untuk mengatasi kekurangan perumahan di pinggiran Tokyo dan kini banyak penghuninya yang lanjut usia (NHK & Sasaki 2007; Otani 2011). Buku *Hitori Darenimo Mitorarezu* yang ditulis oleh Sasaki Tokuko dan Tim Liputan Spesial NHK (NHK & Sasaki 2007) mengungkapkan kisah lansia yang hidup sendiri dan meninggal tanpa ada yang merawat. Banyak dari mereka meninggal dalam kondisi terjatuh atau tidak dapat bangkit, tanpa bisa meminta tolong. Mayat lansia tersebut sering ditemukan setelah beberapa hari atau bahkan bulan, jika tidak ada kunjungan dari keluarga, kenalan, atau pengelola tempat tinggalnya. Buku ini menggambarkan kondisi penuh kesedihan ketika lansia tersebut akan tetap terlantar di tempat tinggalnya tanpa ada yang mengurusnya.

Kasus pertama adalah seorang laki-laki berusia 50 tahun, yang hidup sendiri setelah perpisahan dengan keluarganya dan menghadapi masalah pekerjaan serta masalah kesehatan akibat alkohol. Sebelumnya, dia tinggal bersama keluarga, tetapi perpisahan dengan istri dan anaknya menyebabkannya hidup sendirian. Dia mengalami penurunan kesehatan akibat kebiasaan buruk minum sake dan menghadapi masalah pekerjaan. Setelah mengundurkan diri dari pekerjaannya, dia mengisolasi diri di rumah, jarang keluar, dan keadaannya semakin buruk. Tampaknya dia hidup sendiri tanpa ada yang peduli, dan ketika dia meninggal karena sirosis hati, mayatnya ditemukan tiga bulan setelah kematiannya.

Kasus kedua adalah seorang kakek berusia 70 tahun yang tinggal sendirian setelah bercerai dan meninggal karena serangan jantung. Kasus ketiga melibatkan seorang pria berusia 62 tahun yang meninggal karena sakit di rumahnya, hidup sendirian tanpa keluarga yang dekat dengannya. Kematian *kodokushi* menjadi permasalahan sosial yang semakin kompleks di Jepang karena perubahan demografis dan isolasi sosial (NHK & Sasaki 2007).

Kematian *kodokushi* adalah fenomena umum di Jepang, yang masyarakatnya banyak hidup sendiri dan terisolasi tanpa ikatan sosial atau keluarga. Hal ini dapat terjadi pada lansia maupun orang yang lebih muda. Saat ini *kodokushi* tidak hanya terjadi di kalangan lansia, tetapi juga terjadi di kalangan yang usianya lebih muda. Setahun terdapat 30.000 kematian akibat *kodokushi*, sebanyak 80 persen terjadi kalangan pria dan 20 persen wanita (Kanno 2019). *Kodokushi* merupakan puncak gunung es tidak hanya kepada lansia, tetapi juga kepada kaum muda di Jepang yang hidup sendiri. Penyebab kematian *kodokushi* sebanyak 66,8 persen adalah sakit, 9,8 persen adalah bunuh diri, dan 1,2 persen karena kecelakaan (Ikuko 2023). Di kalangan lansia, kematian *kodokushi* akan menjadi masalah sosial yang lebih besar di masa depan seiring dengan pensiunnya generasi *baby boomer* pertama (lahir tahun 1947–1949).

Tayangan spesial NHK pada tahun 2010 mengungkapkan bahwa 32.000 orang meninggal dalam keadaan tanpa hubungan (*muenshi*) dan tidak diketahui identitasnya (Nakajima 2010). Isolasi sosial dan kesepian telah menjadi masalah yang meluas di masyarakat Jepang, tidak hanya pada lansia, tetapi juga pada paruh baya dan anak muda. Jika tidak ditangani dengan baik, masalah ini dapat membuat Jepang menjadi masyarakat yang kesepian di dunia. Isolasi sosial mengacu pada minimnya hubungan dengan orang lain, sementara kesepian mengacu pada perasaan negatif akibat isolasi sosial. Kedua masalah ini telah diidentifikasi sebagai masalah serius dalam berbagai skala dan aspek kehidupan masyarakat Jepang.

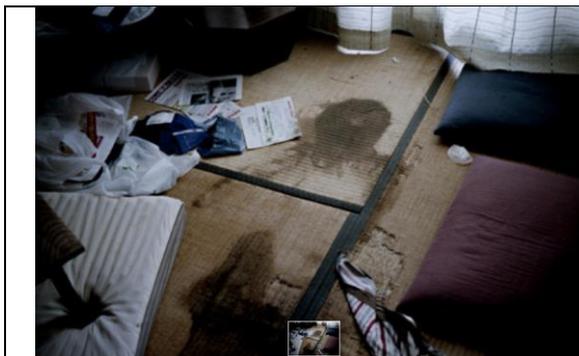
Dalam gerontologi, kesepian dan isolasi sosial sering digunakan untuk mengarakterisasi dunia sosial lansia dan sebagai indikator kualitas hidup mereka. Tingginya jumlah lansia yang hidup sendiri menyebabkan meningkatnya kasus *kodokushi*. Data dari Tokyo pada tahun 2008 menunjukkan bahwa 34,6 persen lansia yang meninggal sendiri ditemukan pertama kali oleh keluarga (Fujimori 2010)

Tabel 2. Orang yang Menemukan Lansia Meninggal Seorang Diri (*Kodokushi*) di Tempat Tinggalnya (Tahun 2008)

No.	Orang yang Menemukan	Total Jumlah	65–69 tahun	70–74 tahun	75–79 tahun	80 tahun ke atas
	(Total Jumlah)	2.221	441	493	456	821
		(Persentase)	(100)	(100)	(100)	(100)
Persentase						
1	Keluarga	34,6	23,4	30,2	34,6	34,6
2	Pegawai asuransi atau kesejahteraan sosial	16,8	13,2	16,6	15,1	19,7
3	Tetangga	14,3	16,6	14,2	13,8	13,4
4	Pengelola tempat tinggal	14,1	22,4	16,2	13,8	8,5
5	Kenalan	11,2	16,6	13,4	10,7	7,3
6	Polisi	1,2	1,6	1,2	0,7	1,2
7	Pengantar barang	2,9	2	2,6	3,3	3,2
8	Lainnya	4,9	4,3	5,5	6,1	4,4

Sumber: Fujimori (2010)

Tabel 2 menunjukkan orang-orang yang menemukan lansia dalam keadaan *kodokushi*. Keluarga dan pegawai asuransi atau kesejahteraan sosial adalah yang paling banyak menemukan kasus tersebut. Kemungkinan karena anggota keluarga masih mengunjungi lansia tersebut, dan petugas asuransi atau kesejahteraan sosial sering melakukan kunjungan ke tempat tinggal lansia. Ilustrasi dari penemuan mayat *kodokushi* dapat dilihat dari Gambar 1 berikut ini.



Kamar *kodokushi* ketika mayat ditemukan. Pada gambar terlihat sudah keluar cairan tubuh dari mayat yang mengering. Dari cairan tubuhnya ini diduga korban sudah meninggal dalam waktu yang lama.

	<p>Pada waktu ditemukan, barang-barang berantakan di atas meja.</p>
	<p>Ritual jasa pembersih sebelum masuk ke apartemen <i>kodokushi</i>. Jasa pembersih memasang dupa untuk mendoakan mayat.</p>
	<p>Jasa pembersih <i>kodokushi</i> yang menyemprotkan ozon sebelum membersihkan ruangan. Jasa pembersih memakai baju khusus untuk membersihkan ruangan.</p>

Gambar 1. Ilustrasi Kondisi Apartemen Ketika Ditemukan Mayat *Kodokushi* dan Jasa Pembersih Ruangan *Kodokushi*
Sumber: Hosokawa (2021); Koriyama (2014)

Selama pandemi COVID-19, kasus *kodokushi* mengalami peningkatan lima kali lipat di Osaka (Hosokawa 2021). Pembatasan interaksi sosial menyebabkan mayat yang tinggal sendirian di apartemen ditemukan setelah beberapa minggu atau lebih setelah meninggal. Data Kantor Medis Prefektur Osaka menunjukkan ada sekitar 1.314 kasus *kodokushi* yang mayatnya ditemukan minimal setelah 4 hari meninggal di apartemennya. Untuk mengatasi masalah kesepian ini, Perdana Menteri Yoshihide Suga menunjuk “Menteri yang Mengurusi Kesepian” pertama Jepang, Tetsushi Sakamoto, untuk memerangi masalah isolasi yang memburuk selama pandemi (Secretariat Cabinet (Naikaku Kanbou n.d.)).

Refleksivitas *Kodokushi*

Pemerintah Jepang berusaha melakukan upaya untuk mencegah *kodokushi* ini. Untuk mencegah *kodokushi*, ada beberapa langkah yang dilakukan oleh pemerintah kota atau daerah dan layanan swasta (Kamiyama 2023; Katayama 2023). Langkah pencegahan *kodokushi* tersebut dapat dilihat dari ilustrasi Gambar 2 berikut.



Gambar 2. Ilustrasi Tindakan Pencegahan terhadap *Kodokushi*
Sumber: diterjemahkan dari Katayama (2023)

Pemerintah kota bekerja sama dengan berbagai organisasi seperti polisi, petugas kesejahteraan, relawan, dan NPO untuk memantau kondisi lansia. Tetangga juga diminta untuk melaporkan kondisi lingkungan lansia yang mencurigakan.

1. Layanan kunjungan pribadi oleh perusahaan swasta (*Minkan no houmon sa-bisu nado*): perusahaan swasta menawarkan layanan berbayar untuk mencegah *kodokushi*, termasuk kunjungan rutin, percakapan dengan lansia, dan memantau penggunaan peralatan rumah tangga;
2. Penggunaan alat pemantauan dengan teknologi (*Mimamori tsuru no katsuyou*): penggunaan alat teknologi seperti kamera dan sensor di rumah lansia untuk memantau pergerakan dan aktivitas mereka, memberitahu anggota keluarga tentang kondisi mereka;
3. Berhubungan dengan orang lain (*Hito to no tsunagari*): berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, bergabung dengan klub hobi, menjadi sukarelawan, dan menjalin hubungan sosial dapat mencegah kesepian dan keterasingan pada lansia;
4. Hidup sehat (*Kenkou tekina seikatsu*): hidup sehat dengan melakukan olahraga, memasak sendiri, berbelanja di toko dengan berkomunikasi dengan orang lain, dan memikirkan rencana makan juga dapat mencegah *kodokushi*.

Usaha tersebut adalah contoh pentingnya menciptakan lingkungan tempat lansia dapat berinteraksi dengan orang lain setiap hari dan masyarakat secara keseluruhan harus memperhatikan hubungan antar manusia tanpa memandang usia untuk mengurangi kasus *kodokushi* di kalangan lansia. Usaha pencegahan *kodokushi* di atas telah diteliti oleh Dahl (2020) dalam penelitiannya di kota Chiba. Namun, dalam praktiknya, menurutnya masih ada kendala dan sulit diterapkan di lapangan. Hal ini menjadi salah satu faktor tidak terkendalinya *kodokushi*.

***Kodokushi* sebagai Faktor Tidak Terkendali**

Seperti yang telah dijelaskan, terdapat berbagai faktor yang menyebabkan *kodokushi* tetap menjadi masalah yang terus ada khususnya dalam masyarakat *hyper-aging* Jepang. *Kodokushi* juga disebabkan oleh menolak untuk dibantu oleh orang lain atau publik karena alasan akan

merepotkan. Di antara lansia yang tinggal sendiri, meskipun mereka membutuhkan dukungan karena sakit, cacat, demensia, dll., mereka akan mengatakan “dekiru dake tanin ni meiwaku wo kaketakunai” ‘sedapat mungkin saya tidak ingin merepotkan orang lain,’ “jibun wa hitori de shinde mo ii” ‘tidak apa-apa saya mati sendirian.’ Alasan mereka menolak bantuan dari orang lain atau publik adalah karena merasa terbebani. Apabila menerima, mereka akan mengucapkan “moshiwakenai” ‘maaf dan “kariru o tsukutte shimatta” ‘saya telah berhutang’ dengan perasaan terbebani (MHLW 2008). Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan tiga orang lansia yang tinggal di Jepang, faktor budaya tidak ingin merepotkan orang lain ini dikemukakan informan ketika ditanya penyebab *kodokushi* di Jepang. Faktor budaya sebagai karakter di sini terinternalisasi dalam diri orang Jepang.

Pemikiran bahwa orang Jepang tidak boleh merepotkan orang lain (*hito ni meiwaku wo kakete wa naranai*) disampaikan oleh Kakek I (83 tahun) yang memiliki 2 orang anak tetapi tinggal sendiri di Chiba. Ia juga mengatakan *kodokushi* juga terjadi di kalangan anak muda.

Hito ni meiwaku wo kakete wa naranai to kangaeru kokuminsei ga arukarada to omou. Wakai hito no kodokushi mo aru.

‘Saya pikir itu karena ada ada karakter bangsa yang berpikir bahwa orang tidak boleh mengganggu orang lain. Ada juga anak muda yang meninggal karena *kodokushi*’ (wawancara 4 Juni 2023)

Dari jawaban Kakek I tersebut, tidak ingin mengganggu orang lain adalah sebagai penyebab orang Jepang hidup mandiri dan berusaha mengatasi masalah sendirian. Bantuan dari pemerintah dan orang lain bagi sebagian orang dianggap beban dan merepotkan. Selain itu, kakek I juga menyoroti *kodokushi* yang juga terjadi di kalangan kaum muda. Pada kenyataannya, memang di Jepang *kodokushi* tidak hanya terjadi pada lansia, tetapi juga pada orang-orang yang lebih muda. Selanjutnya Kakek I menyatakan bahwa meskipun sekarang hidup sendiri, dia tidak khawatir dengan *kodokushi* karena dia selalu berkomunikasi dengan anak-anaknya. Berdasarkan pernyataan Kakek I, data rasio komposisi saat meninggal dapat dilihat dari Tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Rasio Komposisi Saat Meninggal Berdasarkan Jenis Kelamin

Usia	20-an	30-an	40-an	50-an	60-an	70-an	80-an ke atas	Total	Persentase Angkatan Kerja
Total	179	281	431	786	1239	938	334	4.188	
Persentase	4,3	6,7	10,3	18,8%	29,6%	22,4%	8,0%	100%	40%
Pria	121	211	345	691	1099	805	222	3.494	
Persentase	3,5%	6%	9,9%	19,8%	31,5%	23%	6,4%	100%	39,2%
Wanita	58	70	86	95	140	133	112	694	
Persentase	8,4%	10,1%	12,4%	13,7%	20,2%	19,2%	16,1%	100%	44,6%

Sumber: Biro Statistik Kementerian Dalam Negeri dan Komunikasi 2020 dalam laporan Dai 5-kai kodoku-shi genjō repōto 2020 (Shadanhōjin Nihon shōgaku tanki hoken kyōkai 2020)

Dari data Tabel 3 yang diambil dari data asuransi orang yang mengalami *kodokushi*, terlihat total sebanyak 40% angkata kerja usia muda antara 20-an–50-an mengalami *kodokushi*. Dibandingkan dengan pria, wanita lebih banyak mengalami *kodokushi*. Dari data tersebut, *kodokushi* dapat menimpa golongan umur usia muda dan tua di Jepang. Dari tabel ini dapat dikatakan masalah *kodokushi* adalah salah satu masalah yang sulit dikendalikan di Jepang.

Ibu S, wanita berusia 73 tahun yang tinggal di Sendai yang memiliki dua orang anak dan hidup sendiri, menyatakan bahwa dibandingkan dengan dulu orang-orang yang saling berhubungan

dan memiliki hubungan yang dekat dengan tetangga, saat ini hubungan itu telah hilang. Masyarakat mulai kehilangan minat dengan orang-orang di sekeliling mereka, menjadi penyebab *kodokushi*.

Mukashi no youna kinjodzukai mo nakunari, mawarinohito ni taishite kanshin ga nakunattakarada to omou.

‘Saya pikir itu karena sudah tidak ada lagi interaksi dengan tetangga seperti dulu dan kehilangan minat pada orang-orang di sekitar’ (wawancara 3 Juni 2023)

Dari hasil wawancara dengan Ibu S, ia menyoroti penyebab *kodokushi* dari berkurangnya hubungan sosial di antara orang Jepang. Fenomena ini dikenal dengan istilah *muen shakai* (masyarakat tanpa hubungan). Dampak negatif modernitas menjadikan masyarakat Jepang cenderung sendiri, hidup sendiri, dan menarik diri dari pergaulan.

Namun, meskipun saat ini dia hidup sendiri, Ibu S tidak khawatir dengan *kodokushi* karena anak-anaknya sering berkunjung untuk melihat keadaannya. Ibu S melewati hari tuanya dengan bekerja pada toko pembuat makanan bento. Ia mengatakan ingin bekerja selagi ia bisa. Menurut Ibu S, yang dikhawatirkannya saat ini adalah uang pensiunnya yang sedikit apakah bisa untuk hidupnya.

Pendapat lain disampaikan oleh Bapak M, pria berusia 76 tahun yang tinggal sendiri di Prefektur Miyagi karena kematian istrinya dan memiliki dua anak. Menurut Bapak M, meningkatnya jumlah orang yang tidak menikah menyebabkan meningkat juga orang-orang yang tinggal sendiri di masa tua. Oleh karena itu, agar terhindar dari *kodokushi*, perlu berkomunikasi dengan kerabat dan orang-orang di sekitar dan berhubungan dengan masyarakat.

Kekkon shinai hito mo fuete, rougou ni hitori ni naru hito ga fueteiru. Shinseki ya chiiki no hito to komyunikeshon wo kokorogaeru koto ga hitsuyou.

‘Orang yang tidak menikah pun meningkat, dan orang yang menjadi sendiri di masa tua meningkat. Perlu mencoba menjalani kehidupan berkomunikasi dengan orang-orang di masyarakat dan kerabat’ (Wawancara 3 Juni 2023)

Saat ini Bapak M tidak khawatir dengan *kodokushi* karena dia selalu berhubungan dengan anak-anaknya. Menurut Bapak M, yang menjadi kekhawatirannya adalah ketika ia sakit dan orang lain tidak bisa membantu dan meminta bantuan kepada orang lain.

Berdasarkan tanggapan tiga lansia dari hasil wawancara tertulis mengenai *kodokushi*, penyebab *kodokushi* adalah kurangnya hubungan dengan orang lain, masyarakat kehilangan minat dengan orang-orang di sekeliling mereka. Adanya pemikiran yang menjadi karakter orang Jepang, yaitu *meiwaku wo kaketakunai* (tidak boleh merepotkan orang lain), diperkirakan menjadi penyebab banyaknya kasus *kodokushi* di Jepang. Hal ini juga dinyatakan oleh Bapak M, yang menjadi kekhawatirannya adalah tidak ada orang yang membantu atau dia tidak bisa meminta bantuan ke orang lain kalau terjadi apa-apa karena tidak mau merepotkan orang lain. Tidak mau merepotkan orang lain, menurut peneliti, adalah karakter orang Jepang yang di satu sisi menjadikan mereka orang-orang yang mandiri, tidak mau bergantung kepada orang lain, dan di sisi lain dapat menjadi risiko besar ketika mereka tua dan hidup sendiri.

SIMPULAN

Kodokushi adalah masalah sosial di Jepang yang sampai saat ini masih belum dapat diatasi. Di era *hyper-aging society* Jepang, *kodokushi* bagaikan juggernaut modernitas yang sulit dikendalikan. Meskipun pemerintah dan komunitas lokal telah berusaha mengatasinya dengan berbagai

program, tetapi perubahan sosial yang terjadi di Jepang seperti meningkatnya orang yang tinggal sendiri menyebabkan ke depannya masalah *kodokushi* tetap menjadi masalah yang sulit diatasi

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan lansia Jepang, sulit dikendalikannya *kodokushi* adalah karena adanya faktor budaya yang melekat pada sebagian besar orang Jepang, yaitu budaya tidak ingin merepotkan (*meiwaku wo kaketakunai*). Karakter orang Jepang yang tidak ingin merepotkan di satu sisi baik untuk melatih kemandirian di waktu muda, tetapi di masa tua menjadi “bumerang” ketika sendiri dan membutuhkan bantuan. Dalam konteks juggernaut modernitas Giddens, fenomena *kodokushi* mencerminkan bagaimana modernitas menciptakan tantangan yang rumit dan mengancam stabilitas sosial, seperti laju juggernaut yang sulit dikendalikan. Berdasarkan fenomena *kodokushi* di Jepang, penting dilakukan studi di Indonesia untuk mengetahui kemungkinan fenomena *kodokushi* di kalangan lansia. Studi yang bisa menjadi data awal untuk memahami secara sosiokultural peluang terjadinya fenomena tersebut pada lansia di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

T/A

DAFTAR PUSTAKA

- Atoh, Makoto. 2008. “Japan’s Population Groth during the Past 100 Years.” Dalam *The Demographic Challenge: A Handbook About Japan*, disunting oleh Florian Coulmas, dkk. Leiden: Brill.
- Befu, Harumi. 1971. *Japan an Anthropological Introduction*. New York: Chandler Publishing Company.
- Coulmas, Florian. 2007. *Population Decline and Ageing in Japan - The Social Consequences*. Routledge.
- Cowgill, Donald O. 1974. “The Aging of Populations and Societies.” *The Annals of the American Academy of Political and Social Science* 415, 1–18.
- Dahl, Nils. 2020. “Governing through Kodokushi. Japan’s Lonely Deaths and Their Impact on Community Self-Government.” *Contemporary Japan* 32 (1), 83–102. DOI: 10.1080/18692729.2019.1680512.
- Fujimori, Katsuhiko. 2010. *Tanshin Kyuzou Shakai No Shougeki*. Tokyo: Nihon Keizai Shinbun.
- Giddens, Anthony. 1999. *Runaway World: Bagaimana Globalisasi Merombak Kehidupan Kita*, diterjemahkan oleh Andry Kristiawan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- . 2005. *Konsekuensi-Konsekuensi Modernitas*, diterjemahkan oleh Nurhadi. Bantul: Kreasi Wacana.
- Horlacher, David E. & Landis MacKellar. 2006. “Population Ageing in Japan: Policy Lessons for South-East Asia.” *Asia-Pacific Development Journal* 10 (1), 97–122. DOI: 10.18356/d7718c06-en.
- Hosokawa, Taku. 2021. “People Dying Alone Are Going Unnoticed Longer amid Pandemic.”

The Asahi Shimbun, 5 Agustus.

- Ikuko, Sakairi. 2023. "Kodoku-Shi No Taisaku Hōhō Wa? Gen'in Ya Dokkyo Rōjin No Genjō Osusume No Sābisu Made Subete Kaisetsu" [Bagaimana Cara Mengatasi Kesepian? Penjelasan Semuanya Mulai dari Penyebab dan Situasi Lansia yang Tinggal Sendiri Saat Ini Hingga Layanan yang Direkomendasi]. *Cocofump*. <https://www.cocofump.co.jp/articles/kaigo/50/>.
- Kamiyama, Akio. 2023. "Zōka Suru Kōrei-Sha No Kodoku-Shi to Wa? Hitori Kurashi Kōrei-Sha Ga Kakaeru Kadai No Jittai" [Berapa Jumlah Lansia yang Meninggal Sendirian? Realitas Masalah yang Dihadapi oleh Lansia yang Tinggal Sendiri]. *Lifull Stories*. <https://media.lifull.com/crossviews/2023032765/>.
- Kanno, Kumiko. 2019. "Kodoku-Shi Shita 30-Dai Josei No Heya Ni Mita Itamashī Genjitsu" [Realitas Menyakitkan Terlihat di Kamar Seorang Wanita Berusia 30-an yang Meninggal Sendirian]. *Toyo Keizai*. <https://toyokeizai.net/articles/-/285536>.
- Katayama, Makiko. 2023. "Kodokushi No Gen in Ya Taisaku" [Penyebab dan Penanggulangan Kodokushi]. *Lifull Kaigo*. <https://kaigo.homes.co.jp/manual/homecare/solitarydeath/>.
- Koriyama, Soichiro. 2014. "Kodokushi: Apartments of Lonely Deaths in Tokyo." *IPA*. <https://invisiblephotographer.asia/2014/03/24/kodokushi-soichirokoriyama/>.
- Kotobank. "Kodokushi." <https://kotobank.jp/gs/?q=孤独死>.
- Kumagai, Fumie & Donna J. Keyser. 1996. *Unmasking Japan Today. The Impact of Traditional Values on Modern Japanese Society*. London: Praeger.
- MHLW. 2008. *Koureishatou Ga Ichi-Ri Demo Anshin Shite Kuraseru Komyuniti Dzukuri Kaigi ("kouritsu Shi" Zero o Mezashite)* [Dewan untuk Mempromosikan Komunitas Lansia Dapat Hidup Sendiri dengan Aman (Bertujuan untuk Nol Kematian Sendiri)]. <https://www.mhlw.go.jp/houdou/2008/03/dl/h0328-8a.pdf>.
- Nakajima, Hitoshi. 2010. *Muen Shakai. "Muen Shi" 3 Man 2 Sennin No Shougeki*. ed. NHK "Nihon Shakai Purojekuto." Tokyo: bunkeishunju.
- NHK & Totuko Sasaki. 2007. *Hitori Darenimo Mitorarezu*. Tokyo: Hankyu Communications.
- Otani, Junko. 2011. "Kodokushi (Dying Alone)-Japanese Perspectives." Dalam *Exploring Issues of Care, Dying and the End of Life*, disunting oleh Sue Steele & Glenys Caswell. Oxfordshire: Inter-Disciplinary Press.
- Secretariat Cabinet (Naikaku Kanbou). "Kodoku, Kodoku Kouritsu Taisaku Tantou Daijin Kara Minasama Ni Mukete." https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/minister_message.html.
- Shadanhōjin Nihon shōgaku tanki hoken kyōkai. 2020. *Dai 5-Kai Kodoku-Shi Genjō Repōto 2020-Nen 11 Tsuki 27-Nichi 第5回孤独死 現状レポート 2020年11月27日 一般社団法人日本少額短期保険協会 孤独死対策委員会* [Asosiasi Asuransi Jumlah Kecil Dan Jangka

Pendek Jepang Komite Penanggulangan Kematian Kesepian].
<https://www.shougakutanki.jp/general/info/kodokushi/news/report.pdf>.

Statistics Bureau. 2021. Statistics Bureau Ministry of Internal Affairs and Communications Japan
Statistical Handbook of Japan 2021.

———. 2022. *Statistical Handbook of Japan 2022*.
<https://www.stat.go.jp/english/data/handbook/index.html>.

Sugiyono. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Toyama, Shogo & Hemant Poudyal. 2021. “Prevalence of Kodokushi (Solitary Deaths) in the Tokyo Metropolitan Area.” *SN Social Sciences* 1 (7), 1–15. DOI: 10.1007/s43545-021-00169-8.