

Gambaran Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Sintya Diah Putri Astuti ^{1*}, Sitti Rahma Soleman ²

^{1,2} Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

sintyaa.putri58@gmail.com ^{1*}, students@aiska-university.ac.id ²

Alamat: Jl. Ki Hajar Dewantara No. 10, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah

Korespondensi penulis: sintyaa.putri58@gmail.com

Abstract. The quality of life of older people is a measure of how good and satisfying the life experienced by an older person is, referring to their level of satisfaction and well-being. The importance of understanding and improving the quality of life of the elderly is to ensure they can enjoy old age with maximum self-esteem, well-being and happiness so that when the elderly are gone, the elderly are at peace. The quality of life of the elderly includes several domains including physical health, psychological, social relationships and the environment. For prevalence in posyandu sasono mulyo IV has 384 elderly. **Objective:** To determine the description of quality of life in the elderly at Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen. **Methods:** This study uses a quantitative descriptive method, the number of samples obtained from the calculation of the Slovin formula is 79 respondents. **Results:** The results of this study found that in general the description of the quality of life of the elderly was in the poor category as many as 71 respondents or 89.9%, while the moderate category was 8 respondents or 10.1%. **Conclusion:** The quality of life of the elderly in Posyandu Sasono Mulyo IV is generally in the poor category.

Keywords: Quality of Life, Elderly, Posyandu

Abstrak. Kualitas hidup lansia salah satu ukuran seberapa baik dan memuaskan kehidupan yang dialami oleh seorang usia lanjut, merujuk pada tingkat kepuasan dan kesejahteraan mereka. Pentingnya memahami dan meningkatkan kualitas hidup lansia yaitu untuk memastikan mereka dapat menikmati masa tua dengan harga diri, kesejahteraan dan kebahagiaan yang maksimal sehingga ketika lansia telah tiada, lansia tersebut dalam keadaan damai. Kualitas hidup lansia mencakup beberapa domain meliputi kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Untuk prevalensi pada posyandu sasono mulyo IV memiliki 384 lansia. **Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup pada lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, Jumlah sampel didapatkan dari perhitungan rumus Slovin yaitu 79 responden. **Hasil:** Hasil penelitian ini didapatkan bahwa secara umum gambaran kualitas hidup lansia yaitu dalam kategori kurang sebanyak 71 responden atau sebesar 89,9%, sedangkan kategori sedang sebanyak 8 responden atau sebesar 10,1%. **Kesimpulan:** Kualitas hidup pada lansia di posyandu sasono mulyo IV secara umum berada pada kategori kurang.

Kata kunci: Kualitas Hidup, Lansia, Posyandu

1. LATAR BELAKANG

Lanjut usia atau sering disebut dengan lansia merupakan tahap akhir dari perkembangan hidup manusia. Pada masa lansia erat kaitannya dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup dan kepekaan secara individual (Fridolin *et al.*, 2022). Struktur penduduk dunia termasuk Indonesia saat ini menuju proses penuaan yang ditandai dengan meningkatnya jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia. Peningkatan proporsi pada lansia dalam masyarakat menjadi fenomena di seluruh dunia. Kelompok lansia sering dianggap rentan terhadap penurunan kondisi fisik dan mental atau psikologis (Azizah, 2023).

Jumlah lansia dunia mengalami peningkatan yang signifikan sejak 6 dekade terakhir dari 8% hingga 10% dari total jumlah (Prima *et al.*, 2019). Hasil dari Badan Pusat Statistik (2023) menyatakan jika presentase lanjut usia di Indonesia mencapai

11,75%. Angka tersebut naik 1,27% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Di Jawa Tengah persentase jumlah lansia mencapai 15,05%. Seiring dengan naiknya persentase lansia, rasio ketergantungan mereka pun bertambah menjadi 17,08%. Adapun 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60- 69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas. Berdasarkan jenis kelamin 52,28% lansia merupakan perempuan. Persentase itu lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki yang sebesar 47,72%.

Menurut data (Dinkes, 2023) Kabupaten Sragen didapatkan jumlah penduduk lansia sebesar 24,16%. Kecamatan masaran merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Sragen terdapat 12,6% penduduk lansia. Data dari Puskesmas Masaran 1 bahwa posyandu sasono mulyo III memiliki jumlah sebesar 189 lansia sedangkan posyandu IV memiliki jumlah sebesar 384 lansia. Sesuai informasi yang didapatkan bahwa posyandu sasono mulyo IV merupakan salah satu posyandu yang aktif dan memiliki peserta yang antusiasnya sangat tinggi dibandingkan posyandu sasono mulyo III.

Seiring bertambahnya usia penduduk lansia akan mengalami banyak perubahan, seperti penurunan fungsi fisiologis, psikologis, sosial, dan ekonomi. Hal ini akan memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan hidup mereka. Kesejahteraan hidup lansia yang meningkat akan memberi pengaruh kepada meningkatnya kualitas hidup lansia juga (Juita & Shofiyyah, 2022). Bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi fisiologis sebagai hasil dari proses penuaan, yang dapat menyebabkan munculnya berbagai penyakit tidak menular pada lansia. Selain itu, masalah degeneratif menurunnya daya tahan tubuh berakibat pada meningkatnya kerentanan terhadap infeksi penyakit menular (Ekasari *et al.*, 2019). Hasil Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus dan hipertensi.

Pentingnya memahami dan meningkatkan kualitas hidup lansia salah satunya untuk memastikan bahwa mereka dapat menikmati masa tua dengan kesejahteraan, dan kebahagiaan yang maksimal. Banyak faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup seseorang. *World Health Organization* (WHO) menetapkan beberapa domain kualitas hidup lansia meliputi kesehatan fisik, kesehatan mental atau psikologis, interaksi sosial, dan kondisi lingkungan. Selain itu, ada juga faktor-faktor lain yang turut berperan dalam kualitas hidup diantaranya dukungan keluarga serta faktor demografis seperti jenis kelamin, usia, pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan (Budiono & Rivai, 2021).

Dalam memahami dan meningkatkan kualitas hidup lansia salah satunya untuk memastikan bahwa mereka dapat menikmati masa tua dengan kesejahteraan, dan kebahagiaan yang maksimal. Maka dari itu, perlunya berbagai Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melibatkan berbagai strategi, seperti penyediaan akses yang mudah terhadap pelayanan kesehatan, promosi gaya hidup sehat, program sosial dan rekreasi yang sesuai dengan kebutuhan mereka, serta menciptakan lingkungan yang ramah lansia di masyarakat. Melindungi dan memperhatikan kualitas hidup lansia merupakan tanggungjawab bersama untuk memastikan bahwa masa tua mereka dijalani dengan kesejahteraan dan bermartabat (Ekasari *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyiah *et al.* (2022) mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan. Penelitian menggunakan beberapa faktor meliputi faktor dukungan keluarga, pendidikan, pekerjaan dan penyakit tidak menular. Dari hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. Hasil analisis lain juga menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan dengan kualitas hidup lansia. Selain itu, hasil penelitian bivariat didapatkan bahwa terdapat hubungan antara penyakit tidak menular dengan kualitas hidup lansia. Dapat disimpulkan bahwa penelitian tersebut yang paling berhubungan antara keberadaan penyakit tidak menular dengan kualitas hidup lansia.

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan 4 lansia di Posyandu Sasono Mulyo Kebayanan IV Desa Masaran Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen didapatkan gambaran secara umum mereka mengungkapkan dan mengeluh tentang kehidupannya di masa tua yang sangat susah. Lansia sering terjadi perubahan-perubahan fisik tidak hanya itu saja pada lansia juga muncul masalah- masalah kesehatan seperti nyeri pinggang, keluhan pusing-pusing, mudah lelah, nyeri sendi, nyeri pinggul, keluhan tensi tinggi, keluhan kolesterol dan asam urat sehingga menyebabkan sebagian lansia sudah tidak mampu untuk bekerja.

Berbeda hasil wawancara dengan 2 lansia yang lainnya yakni diperoleh informasi tentang kehidupannya masa tua kurang baik dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi seperti ekonomi dan kondisi keluarga sehingga lansia tersebut kurang mendapatkan perhatian. Seperti halnya informasi tentang kesehatan, membawa lansia untuk cek rutin ke puskesmas serta pemberian perhatian terhadap lansia. Di lingkungan tersebut sebagian lansia tidak berpendidikan tinggi sehingga sebagian lansia yang masih mampu bekerja, bekerja dengan penghasilan yang rendah. Lansia yang hidup sendiri tanpa

pasangan merasa kesepian dan bersedih karena tidak ada tempat bertukar cerita maupun berkeluh kesah, sehingga dapat berpengaruh ke psikis lansia karena merasa stress.

Berdasarkan uraian diatas perlu adanya peningkatan kualitas hidup terhadap lansia karena meningkatnya jumlah lansia tentu tidak lepas dari proses penuaan beserta masalah yang menyertai kehidupannya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang tentang Gambaran Kualitas Hidup Pada Lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen.

2. KAJIAN TEORITIS

Lansia merupakan seseorang ketika mencapai usia 60 tahun atau lebih. Lansia juga akan mengalami berbagai faktor yang membuat mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar mereka secara fisik, mental dan sosial. Lansia juga dapat didefinisikan sebagai penurunan kemampuan jaringan untuk melakukan perbaikan diri dan mempertahankan struktur serta fungsi normalnya, yang mengakibatkan ketidakmampuan mereka untuk melawan kerusakan atau cedera (Vivianti, 2019).

Perubahan fisik umum yang dialami lansia yaitu rambut memutih, kulit keriput, pendengaran berkurang, persendian kaku disertai nyeri dan sebagainya. Perubahan yang terjadi pada lansia akan berpengaruh pada kemunduran kesehatan fisik. Dengan menurunnya fungsi organ tubuh yang menyebabkan tubuh semakin rentan terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian (Gemini *et al.*, 2021).

Kualitas hidup merupakan persepsi individu sebagai laki-laki dan perempuan dalam hidup, ditinjau dari konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka tinggal, dan hubungan dengan standar hidup, harapan, kesenangan dan perhatian mereka. Hal ini dipadukan secara lengkap mencakup kesehatan fisik, psikologis, Tingkat kebebasan, hubungan sosial dan hubungan mereka dengan segi ketenangan dari lingkungan mereka. Kualitas hidup merupakan suatu bentuk multidimensional, terdapat tiga konsep kualitas hidup yang berarti bahwa informasi yang dibutuhkan mempunyai rentang area kehidupan pada seseorang seperti kesejahteraan fisik, kemampuan fungsional dan kesejahteraan emosi atau sosial, menilai celah antara keinginan atau harapan dengan sesuai kemampuan untuk melakukan perubahan dalam diri (Faswita, 2019). Dimensi Kualitas hidup terdiri dari kesehatan fisik, psikologi, hubungan sosial, dan lingkungan (Pratama *et al.*, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Tujuan dilakukan penelitian ini dengan metode deskriptif adalah untuk mendapatkan gambaran secara realita dan obyektif terhadap suatu kondisi tertentu yang sedang terjadi di kelompok lansia. Penelitian ini meneliti tentang gambaran kualitas hidup pada lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen. Waktu penelitian ini akan dimulai pada bulan April-Juni 2024. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 384 orang. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 79 responden. Variabel penelitian ini adalah variabel bebas yaitu Kualitas Hidup. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner data demografi responden meliputi (usia, jenis kelamin, status pendidikan, pekerjaan dan status pernikahan) dan kuesioner WHOQOL-BREF (*The Bref Version of World Health Organization's Quality of Life Questionnaire*) yang terdiri dari 26 pertanyaan. Kuesioner ini telah dilakukan uji Validitas dengan hasil (r 0,89-0,95).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran kualitas hidup pada lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen. Data dikumpulkan dan dianalisis menggunakan analisa univariat dengan hasil sebagai berikut :

a. Karakteristik Lansia Berdasarkan Usia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden

No	Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Lanjut Usia (60-74 tahun)	59	74,7
2.	Lanjut Usia Tua (75-90 tahun)	20	25,3
3.	Usia sangat tua (>90 tahun)	0	0
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori lanjut usia (60-74 tahun) sebanyak 59 responden dengan presentase 74,7%, lanjut usia tua (75-90 tahun) sebanyak 20 responden atau 25,3% sedangkan usia sangat tua sebanyak 0 responden.

b. Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 2. Jenis Kelamin Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Laki-laki	18	22,8
2.	Perempuan	61	77,2
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa kategori mayoritas jenis kelamin pada responden lansia di posyandu sasono mulyo IV Masaran Sragen adalah perempuan yaitu sebanyak 61 responden dengan presentase 77,2% sedangkan laki-laki sebanyak 18 responden atau 22,8%.

c. Karakteristik lansia berdasarkan pekerjaan di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 3. Distriusi frekuensi pekerjaan responden

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Bekerja	33	41,8
2.	Tidak Bekerja	46	58,2
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel. 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori tidak bekerja sebanyak 46 responden dengan presentase 58,2% sedangkan hasil bekerja sebanyak 33 responden atau 41,8%.

d. Karakteristik Lansia Berdasarkan Status Pernikahan Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Status Pernikahan Responden

No	Status Pernikahan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	Menikah	43	54,4
2.	Tidak Menikah	0	0
3.	Janda	33	41,8
4.	Duda	3	3,8
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian Tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori menikah sebanyak 43 responden dengan presentase 54,4%, tidak menikah sebanyak 0 responden, janda sebanyak 33 responden atau 41,8% sedangkan duda sebanyak 3 responden atau 3,8%.

e. Karakteristik Lansia Berdasarkan Penyakit Tidak Menular Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Penyakit Tidak Menular Responden

No	PTM	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Memiliki	43	54,4
2.	Tidak Memiliki	36	45,6
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian Tabel. 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori memiliki penyakit tidak menular sebanyak 43 responden dengan presentase 54,4% sedangkan kategori tidak memiliki sebanyak 36 responden atau 45,6%.

f. Karakteristik Lansia Berdasarkan Pendidikan Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Tidak Sekolah	12	15,2
2.	SD	45	57,0
3.	SMP	18	22,8
4.	SMA	2	2,5
5.	Perguruan Tinggi	2	2,5
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian Tabel. 6 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori pendidikan SD sebanyak 45 responden dengan presentase 57,0%, tidak sekolah sebanyak 12 responden atau 15,2 %, SMP sebanyak 18 responden atau 22,8%, SMA sebanyak 2 responden atau 2,5% sedangkan perguruan tinggi sebanyak 2 responden atau 2,5%.

g. Kualitas Hidup pada lansia di posyandu sasono mulyo IV Masaran Sragen

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Lansia

No	Kualitas Hidup	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Baik	0	0
2.	Sedang	8	10,1
3.	Kurang	71	89,9
	Total	79	100,0

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil penelitian Tabel. 8 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori kualitas hidup kurang sebanyak 71 responden dengan presentase 89,9%, kualitas hidup sedang sebanyak 8 responden atau 10,1% sedangkan kategori baik sebanyak 0 responden.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilampirkan tersebut akan dilakukan pembahasan lebih lanjut untuk menginterpretasikan data hasil penelitian, yang kemudian dibandingkan dengan konsep dan teori terkait.

a. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Usia

Hasil penelitian distribusi menunjukkan bahwa mayoritas responden di dominasi rentang usia 60-74 tahun sebanyak 59 responden atau 74,7% , artinya pada penelitian ini di dominasi oleh lanjut usia. Penuaan akan memberikan dampak penurunan kualitas hidup lansia. Banyak faktor positif dan negatif yang mempengaruhinya, akan tetapi hanya sedikit yang diketahui dapat mempengaruhi secara signifikan. Kualitas hidup terlihat meningkat pada usia 50-65 tahun dan sekitar usia 85 tahun kualitas hidup mulai menurun (Salmiyati & Asnindari, 2020).

Berdasarkan hasil analisis penelitian lain mengemukakan bahwa pada lanjut usia menemukan adanya kontribusi dari faktor usia terhadap kualitas hidup subjektif individu yang disebabkan karena individu pada masa lanjut usia telah melewati masa untuk melakukan perubahan dalam hidupnya, sehingga mereka cenderung mengevaluasi hidupnya dengan lebih positif dibandingkan saat mudanya (Wahyuni *et al.*, 2020). Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa semakin bertambahnya usia maka akan sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang. Serta peneliti berasumsi usia 60 tahun akan sudah mulai mengalami penurunan fisik maka dari itu penurunan fisik yang dialami tersebut dapat berpengaruh kepada kualitas hidupnya dan semakin bertambahnya usia pula kemungkinan akan mengalami kualitas hidup yang buruk.

b. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian distribusi menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 61 responden atau sebanyak 77,2% sedangkan responden laki-laki hanya sebanyak 18 responden atau 22,8%. Hasil analisis yang peneliti dapatkan bahwa lansia perempuan lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki. Peneliti berasumsi, hal ini dikarenakan usia harapan hidup yang paling tinggi adalah pada perempuan. Kemudian berhubungan juga dengan pengaruh hormonal pada perempuan usia lanjut produktif dimana hormon estrogen mempunyai peran sebagai pelindung, sehingga menyebabkan angka harapan hidup perempuan lebih

tinggi daripada laki-laki. Sedangkan pada laki-laki peran estrogen sangat sedikit, dan juga mempunyai beban kerja fisik yang lebih berat ditambah dengan perilaku merokok dan kebiasaan makan yang kurang berimbang (Soewignjo *et al.*, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa jenis kelamin adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Maka terdapat perbedaan kualitas hidup antara laki-laki dengan perempuan, dimana laki-laki memiliki kualitas hidup yang cenderung lebih baik daripada perempuan (Wahid & Victoria, 2021). Maka, dapat disimpulkan berbeda jenis kelamin akan berbeda pula sikap dan perilaku dalam menghadapi sesuatu. Serta peneliti berasumsi bahwa perbedaan gender berbeda pula faktor yang mempengaruhi kualitas hidupnya.

c. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Pekerjaan

Hasil penelitian distribusi menunjukkan mayoritas responden di dominasi oleh kategori tidak bekerja sebanyak 46 responden atau 58,2%. Lansia lebih banyak sudah tidak bekerja, hal ini dikarenakan kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan mereka untuk bekerja. Namun, tidak sedikit juga lansia masih bekerja. Hal itu dikarenakan banyak alasan antara lain secara fisik dan mental masih mampu dan kuat bekerja, dan alasan terbanyak yaitu karena desakan ekonomi, yang mana untuk menghidupi keluarga, anak, dan cucu yang masih tinggal dengan lansia, karena anaknya pun berada dalam serba kekurangan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Septiana (2020) yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup antara lansia yang tidak bekerja dan lansia yang bekerja. Pada lansia yang masih bisa bekerja, lansia tersebut dapat mempunyai penghasilan sehingga bisa menabung untuk masa tuanya, sedangkan lansia yang sudah tidak dapat bekerja berakibat tidak memiliki Tabungan di masa tua, sulit dalam perekonomiannya. Sehingga pada peneliti berasumsi bahwa pekerjaan juga dapat berhubungan dengan kualitas hidup baik pada pria maupun wanita karena berpengaruh terhadap perekonominya di masa tua.

d. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Status Pernikahan

Hasil penelitian distribusi menunjukkan mayoritas responden di dominasi oleh kategori menikah sebanyak 43 responden atau 54,4%. Hasil penelitian ini sejalan dengan Sakti *et al* (2021) yang menyatakan bahwa individu yang bercerai atau tidak memiliki pasangan mempunyai kualitas hidup lebih rendah dibandingkan individu

yang berstatus menikah atau masih memiliki pasangan. Lansia yang menikah atau berpasangan merasa lebih bahagia dan tidak kesepian. Namun, ada juga lansia yang tidak menikah karena sudah bercerai dan tidak ingin menikah lagi. Lansia perempuan lebih mampu mengatasi hidup tanpa pasangan, sementara lansia laki-laki cenderung mengandalkan bantuan istri dan kurang terbiasa dengan pekerjaan rumah.

Sehingga peneliti sendiri berasumsi dengan adanya pasangan seorang lansia tersebut dapat bertukar cerita bahkan tidak kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang sehingga hal tersebut akan memperbaiki kualitas hidup lansia itu sendiri.

e. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Penyakit Tidak Menular

Hasil penelitian distribusi menunjukkan mayoritas responden di dominasi oleh kategori memiliki penyakit tidak menular sebanyak 43 responden atau 54,4%. Saat ini Indonesia mengalami transisi epidemiologi yang ditandai dengan angka kematian dan kesakitan akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) meningkat seperti jantung, diabetes, stroke dan lain-lain. Dengan perubahan perilaku hidup (pola makan dengan gizi tidak seimbang, kurang aktivitas fisik, merokok, dan lain-lain) memungkinkan peningkatan PTM akan terus berlanjut.

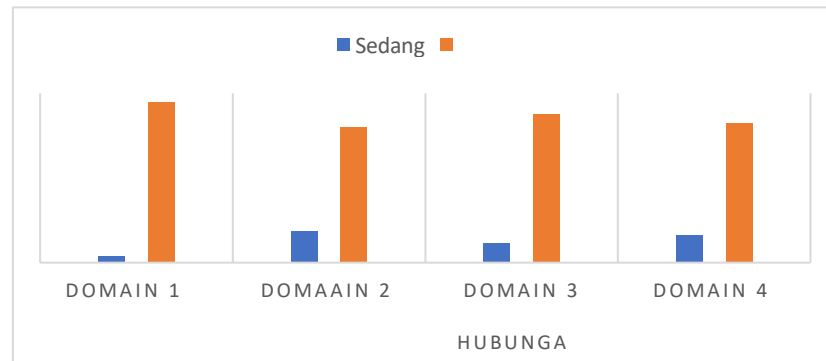
Masalah kesehatan akibat proses degeneratif merupakan salah satu permasalahan yang sangat mendasar pada lanjut usia. Penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, masalah gigi-mulut merupakan penyakit terbanyak pada lanjut usia (Qonita *et al.*, 2021). Faktor penyebab terjadinya penyakit degeneratif pada lansia adalah gaya hidup yang tidak sehat yaitu kurangnya aktivitas fisik serta kurangnya mengonsumsi sayur dan buah. Perilaku hidup yang tidak sehat ditambah sanitasi lingkungan dan kurangnya ketersediaan air bersih merupakan penyebab dari timbulnya permasalahan kesehatan saat ini (Nuraisyah *et al.*, 2021).

f. Karakteristik Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen Berdasarkan Pendidikan

Hasil penelitian distribusi menunjukkan mayoritas responden di dominasi oleh kategori tamat pendidikan sd sebanyak 45 responden atau 57,0%. Hasil analisis yang peneliti dapatkan bahwa mayoritas lansia adalah berpendidikan rendah. tingkat pendidikan sangat berpengaruh pada perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Bila seseorang berpendidikan tinggi kemungkinan untuk memahami arti kesehatan dan pemanfaatan fasilitas kesehatan semakin baik (Riani, 2020).

Pendidikan berpengaruh terhadap kualitas hidup sebab semakin tingginya pendidikan semakin berbeda pula seseorang dalam berpikir, menyikapi sesuatu ataupun yang lainnya. Sehingga peneliti berasumsi dalam penelitian ini kualitas hidup lansia kurang dikarenakan mayoritas lansia berpendidikan SD saja dimana pemahaman terhadap suatu hal masih terhitung masih kurang.

g. Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen



Gambar 1. Grafik Kualitas Hidup Pada Lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen

1) Domain 1 Kesehatan Fisik

Pada domain 1 Kualitas hidup di dominasi oleh kategori kurang yaitu sebanyak 77 responden atau sebesar 97% , pada domain fisik terkait dengan rasa sakit, ketidaknyamanan, energi, kelelahan, pola tidur dan istirahat. Individu dikatakan memiliki kondisi fisik yang sejahtera apabila organ tubuh yang dimiliki dapat berfungsi dengan optimal sehingga individu tersebut merasa nyaman, sehat, bertenaga dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik. Pada penelitian ini domain 1 kesehatan fisik mayoritas responden dalam kategori kurang dikarenakan proses penuaan yang dialami.

Aktivitas fisik adalah pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik dan mental, serta mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari (Utami *et al.*, 2023). Sejalan dengan hasil penelitian Fridolin *et al* (2022) didapatkan kesehatan fisik buruk sebesar 68 responden atau sebesar 66%. Keadaan kesehatan fisik secara total mengalami degenerasi sejak seseorang memasuki fase lansia dalam kehidupannya.

Faktor fisik yang buruk dapat memengaruhi seseorang dalam memenuhi kebutuhan diri dikarenakan keterbatasan fisik yang dialami. Keadaan tersebut

akan menghalangi perolehan kesejahteraan fisik sehingga berpengaruh pada kualitas hidup yang buruk.

2) Domain 2 Psikologis

Domain 2 yang berkaitan dengan psikologis. pada penelitian ini mayoritas responden memiliki domain kategori kurang sebanyak 64 responden atau sebesar 81%. Keadaan ini menunjukkan bahwa rata-rata responden merasa belum Bahagia dan puas terhadap kondisi psikologis yang dialaminya. Domain psikologis dalam kualitas hidup ini terkait dengan perasaan positif, berpikir, belajar, ingatan dan konsentrasi, harga diri, citra dan penampilan tubuh serta perasaan negatif. Sedangkan pada penelitian ini didapatkan bahwa poin konsentrasi mayoritas dalam kategori sedikit.

Individu dikatakan Sejahtera secara psikologis apabila mampu membuat dirinya merasakan senang dan puas terhadap suatu peristiwa yang dialaminya. Kondisi ini akan mencegah munculnya masalah- masalah psikologis pada individu tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Desy *et al* (2023) dengan hasil kualitas hidup domain 2 (psikologis) Sebagian besar buruk dengan 23 responden. Pada penelitian ini responden cenderung sehingga kualitas hidup responden 1 belum memiliki perasaan positif sehingga membuat kondisi psikologis menurun yang akan mengakibatkan pada kondisi kualitas hidup lansia dalam kategori kurang.

3) Domain 3 Hubungan Sosial

Domain 3 persepsi responden tentang hubungan pribadi, dukungan sosial aktivitas seksual dan keterlibatan sosial. Pada penelitian ini mendapat hasil hubungan sosial dalam kategori kurang dengan skor sebanyak 70 responden atau sebesar 88,6%. Pada domain ini juga mayoritas responden kurang puas dalam hubungan personal/ sosial, kurang puasnya dengan kehidupan seksual dan juga kurang puasnya lansia dalam mendapatkan dukungan baik dari keluarga maupun teman.

Individu yang sejahtera membangun hubungan interpersonal erat dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahya *et al* (2019) mengatakan bahwa kurang harmonisnya hubungan sosial antar lanjut usia dan minimnya kegiatan bagi para lansia menjadi penyebab rendahnya kesejahteraan sosial.

4) Domain 4 Lingkungan

Pada domain 4 (lingkungan) mayoritas responden pada penelitian ini memiliki mayoritas domain lingkungan yang kurang sebanyak 67 responden atau sebesar 84,8%. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pada domain lingkungan lansia belum merasa cukup atau bahkan belum merasa puas dengan sekitarnya. Domain lingkungan merupakan domain kualitas hidup yang terkait dengan persepsi keamanan fisik, perumahan, keuangan, akses pelayanan kesehatan yang berkualitas, akses informasi, kenyamanan lingkungan fisik dan transportasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmadhani & Wulandari (2020) menunjukkan kriteria baik hanya 5 lansia (15%) dan kriteria kurang sebanyak 25 lansia (85%). Maka domain lingkungan lansia di desa tersebut kurang baik. Hal ini dapat mempengaruhi peningkatan kualitas hidup pada lansia. Lansia mengalami penurunan kualitas hidup jika dukungan lingkungan kurang. Kualitas hidup tergantung pada persepsi individu dan lingkungan sekitarnya.

Dari hasil analisis univariat yang dilakukan mendapatkan hasil pada domain 1, 2, 3 dan 4 mayoritas dalam kategori kurang. Secara umum untuk hasil penelitian gambaran kualitas hidup lansia dalam kategori kurang. Interpretasi kualitas hidup yang rendah menandakan kondisi fungsional yang kurang optimal, sering disertai keluhan, kecemasan, dan stres. Sebaliknya, kualitas hidup yang baik mencerminkan kondisi fungsional optimal dengan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kesejahteraan subjektif (Safitri, 2020). Kualitas hidup menentukan sejahtera atau tidaknya seseorang. Tingkat kualitas hidup yang tinggi membawa pada kesejahteraan, sedangkan tingkat kualitas hidup yang rendah membawa pada ketidaksejahteraan. Kesejahteraan penting dalam menikmati masa tua dengan baik.

Menurut hasil penelitian sebagian besar responden memiliki kualitas hidup sedang. Hal ini bisa disebabkan karena faktor fisik, sosial, dan lingkungan responden belum mengarah optimal pada keadaan sejahtera (well-being). Mereka belum bisa memperoleh nilai maksimal di keempat faktor yang mempengaruhi kualitas hidup menurut WHOQOL. Kondisi ini masih memerlukan upaya peningkatan kualitas hidup dari sedang menjadi tinggi untuk mencapai kehidupan lanjut usia yang sejahtera. Tentunya upaya ini harus

dilakukan secara menyeluruh pada keempat faktor yang mempengaruhi kualitas hidup seperti yang telah dijelaskan pada teori di atas.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh data distribusi tentang kualitas hidup pada lansia di posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen secara umum kurang. Masing-masing domain memiliki skor dibawah rata-rata.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan pada kader posyandu untuk lebih aktif dalam bersosialisasi dengan lansia dan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

DAFTAR REFERENSI

- Aisyiah, Wowor, T. J., & Wahyuningsih, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(5), 73–76. [Http://Forikes-Ejournal.Com/Index.Php/Sf](http://Forikes-Ejournal.Com/Index.Php/Sf)
- Azizah, A. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Pstw Sabai Nan Aluih Sicincin*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.
- Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya. *Nersmid: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 33–47.
- Desy, R. I. G. A. P., Pome, G., & Ulfa, M. H. (2023). Gambaran Tingkat Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Wilayah Binaan Uptd Puskesmas Sukaraya. *Lentera Perawat*, 4(1), 53–61.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Wineka Media.
- Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang: Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health)*, 8(2), 381–389.
- Gemini, N. S., Kep, M., Yulia, N. R., Kep, M., Roswandani, A. S., Farm, S., Pakpahan, H. M., Setiyowati, E., Hardiyati, S. K., & Kep, N. M. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Juita, D. R., & Shofiyyah, N. A. (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 5(2), 206–219.
- M. U. (2021). Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Lansia Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup: Non-Communicable Disease Prevention Education For The Elderly To Improve Quality Of Life. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 364– 368.

- Nuraisyah, F., Purnama, J. S., Nuryanti, Y., Agustin, R. D., Desriani, R., & Putri, Pratama, M. A., Wahyuni, L., & Merbawani, R. (2023). *Hubungan Dukungan Emosional Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Peningkatan Tekanan Darah Di Poli Jantung Rsu Anwar Medika Sidoarjo*. Universitas Bina Sehat Ppni.
- Prima, D. R., Safirha, A. A., Nuraini, S., & Maghfiroh, N. (2019). Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Grogol Jakarta Barat. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 1–7.
<https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.115>
- Qonita, F. N., Salsabila, N. A., Anjani, N. F., & Rahman, S. (2021). Kesehatan Pada Orang Lanjut Usia (Kesehatan Mental Dan Kesehatan Fisik). *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(1), 10–19.
- Rahmadhani, S., & Wulandari, A. (2020). Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Desa Bhuana Jaya Tenggara Seberang. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 2(2), 89–96.
- Riani, S. (2020). Studi Deskriptif Status Mental Lansia Berdasarkan Karakteristik Lansia Di Kelurahan Karangayu Semarang Barat. *Karya Ilmiah*.
- Safitri, I. M. (2020). Hubungan Status Sosioekonomi Dan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Odha. *J. Promkes*, 8(1), 21–35.
- Sakti, E. A. P., Sulandari, S., & Ger, M. (2021). *Kesepian Lansia Ditinjau Dari Status Pernikahan Dan Jenis Kelamin*. Program Studi Psikologi.
- Salmiyati, S., & Asnindari, L. N. (2020). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Penderita Gout Arthritis. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(2), 23–28.
- Septiana, N. (2020). *Gambaran Kualitas Hidup Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Dengan Hemodialisa Di Rsup Dr Kariadi Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Soewignjo, P., Irawan, E., Al Fatih, H., Saputri, U., & Saputra, A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Ciparay. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 8(2), 268–277.
- Utami, D. C., Nurhidayati, I., & Pramono, C. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Usia 60-69 Tahun Di Desa Sudimoro Kecamatan Tulung Kabupaten Klaten. *Cohesin*, 1(1).
- Vivianti, D. N. (2019). *Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Personal Hygiene Di Panti Wredha Budi Dharma Yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Wahid, F. A. Z., & Victoria, A. Z. (2021). Hubungan Faktor Spiritual Dan Faktor Demografi (Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan Dan Pekerjaan) Terhadap Kualitas Hidup Penderita Rheumatoid Arthritis. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 4.
- Wahyuni, Y., Nursiswati, N., & Anna, A. (2020). Kualitas Hidup Berdasarkan Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Padjadjaran Nursing Journal*, 2(1), 106034