

Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia

Oleh :

Ifa Nofalia^{1*}

¹Prodi S1 Ilmu Keperawatan
STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

Corresponding author: *ifanofalia@gmail.com

ABSTRAK

Penuaan merupakan fenomena global yang mempengaruhi negara maju dan berkembang. Faktor penentu kesehatan fisik dan mental pada populasi lansia tentunya berbeda. Jaringan sosial yang kuat dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi umumnya merupakan faktor pelindung untuk menjaga kesehatan dan kualitas hidup yang baik di usia tua. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia.

Penelitian ini menggunakan desain crosssectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang ada di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro sebanyak 112 orang dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Dukungan sosial merupakan variabel independen dan kualitas hidup lansia menjadi variabel dependen. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengolahan data dengan editing, koding, skoring, tabulating dan analisis menggunakan uji statistik Korelasi Spearman's rho dengan alpha 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dukungan sosial kategori baik sebanyak 21 responden (52,5%) dan kualitas hidup lansia sebagian besar baik sebanyak 23 responden (57,5%). Hasil uji statistik Korelasi Spearman's rho didapatkan nilai $p = 0,007$ lebih kecil dari alpha 0,05 sehingga H_1 diterima.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro.

Kata kunci : dukungan sosial, kualitas hidup, lansia

The relationship between social support and the quality of life of the elderly

ABSTRACT

Aging is a global phenomenon that affects both developed and developing countries. The determinants of physical and mental health in the elderly population are of course different. A strong social network with a high level of social support is generally a protective factor for maintaining good health and quality of life in old age. The purpose of this study was to determine the relationship between social support and the quality of life of the elderly.

This study used a cross-sectional design. The population in this study were all the elderly in Boti Hamlet, Turi Village, Tambakrejo District, Bojonegoro Regency as many as 112 people with a total sample of 40 respondents using simple random sampling technique. Social support is an independent variable and the quality of life

of the elderly is the dependent variable. Data collection using a questionnaire. Processing data by editing, coding, scoring, tabulating and analysis using the Spearman's rho correlation statistical test with alpha 0.05.

The results showed that most of the social support categories were good as many as 21 respondents (52.5%) and the quality of life of the elderly was mostly good as many as 23 respondents (57.5%). The results of the Spearman's rho correlation statistical test showed that the p value = 0.007 was smaller than alpha 0.05 so that H1 was accepted.

The conclusion in this study is that there is a relationship between social support and the quality of life of the elderly in Boti Hamlet, Turi Village, Tambakrejo District, Bojonegoro Regency.

Keywords: Social support, quality of life, elderly

A. PENDAHULUAN

Populasi lansia sekarang menjadi perhatian yang cukup besar di seluruh dunia. Proporsi orang yang berusia 60 tahun ke atas tumbuh lebih cepat daripada kelompok lain. Dibandingkan dengan perkiraan populasi tahun 1970, pada tahun 2025, populasi lansia yang diproyeksikan diharapkan meningkat menjadi 223%. Antara tahun 2000 dan 2050, proporsi orang di seluruh dunia yang berusia di atas 65 tahun diharapkan meningkat lebih dari dua kali lipat dari saat ini 6,9% menjadi 16,4% (Patil *et al.*, 2014). Penuaan adalah fenomena global, mempengaruhi negara maju dan berkembang. Faktor penentu sosial kesehatan fisik dan mental pada populasi orang dewasa yang lebih tua, jaringan sosial yang kuat dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi umumnya merupakan faktor pelindung untuk menjaga kesehatan dan kualitas hidup yang baik di usia tua (Moeini *et al.*, 2018). Berbagai bentuk dukungan sosial adalah terkait dengan berbagai hasil kesehatan fisik dan mental, misalnya, orang dewasa yang lebih tua mungkin menerima dukungan emosional dari orang yang mereka cintai dan merasa berguna ketika mereka terlibat dalam kehidupan mereka (Milena *et al.*, 2019). Sebuah penelitian terhadap lebih dari 1.200 lansia yang tinggal di komunitas di Spanyol menyimpulkan bahwa dukungan emosional yang tinggi terkait secara positif dengan kesehatan fisik dan mental (Bélanger *et al.*, 2016). Oleh karena itu penting untuk diketahui bagaimana hubungan social support dengan kualitas hidup lansia.

Sekitar 60% dari 580 juta lansia di dunia tinggal di negara berkembang dan pada tahun 2020 proporsi ini kemungkinan akan meningkat menjadi 70% dari total populasi lansia (Herlina and Agrina, 2019). Pertumbuhan kelompok lanjut usia tidak hanya memberikan kontribusi terhadap perubahan struktur sosial tetapi juga memerlukan modifikasi program kebijakan sosial nasional yang berorientasi pada pemenuhan berbagai kebutuhan lanjut usia (Aniyati and Kamalah, 2018). Kemandirian warga lanjut usia seringkali dibatasi karena proses yang terjadi selama penuaan serta penyakit yang menyertai. Fungsi fisik dan mental yang lebih buruk adalah alasan paling umum untuk bergantung pada bantuan orang lain atau

perawatan institusional (Talarska *et al.*, 2018). Perlu disebutkan bahwa, dalam beberapa dekade terakhir, penelitian terkait dengan kesehatan, kualitas hidup, dan gerontologi yang terkait dengan kesehatan subjektif dengan kesejahteraan psikologis selain tidak adanya penyakit. Penelitian Gwozdz dan Sousa-Poza menunjukkan bahwa orang yang bahagia dapat hidup lebih lama, dan ide ini membayangkan prospek penelitian yang menarik untuk masa depan. Penelitian sebelumnya telah menyoroti hubungan antara evolusi usia dan kebahagiaan pada orang tua (Rondon Garcia and Ramirez Navarrrro, 2018).

Kelompok lansia sangat beragam dalam hal fungsi fisik dan mental. Kebanyakan dari mereka adalah orang-orang yang mandiri atau mampu mengurus rumah tangganya sendiri dengan bantuan ringan. Banyak yang merupakan peserta aktif dalam kehidupan sosial (Herlina and Agrina, 2019). Orang yang membutuhkan dukungan permanen atau perawatan institusional berjumlah sekitar 30% dari mereka yang berusia > 60 tahun. Inilah sebabnya mengapa dukungan yang memadai membutuhkan penilaian individu tentang kebutuhan bantuan (Pepe *et al.*, 2017). Berbagai alat untuk memfasilitasi penilaian perawatan yang dibutuhkan telah dibuat. Menerima bantuan yang memadai mengarah pada kepuasan dengan kehidupan sehari-hari seseorang dan, dengan demikian, meningkatkan penilaian subjektif seseorang tentang kualitas hidup (Rondon Garcia and Ramirez Navarrrro, 2018). Kualitas hidup lansia - serupa dengan orang yang lebih muda - sebagaimana didefinisikan oleh WHO tidak hanya bergantung pada kesehatan biologis tetapi juga pada fungsi mental, sosial, budaya, dan spiritual (Kiik, Sahar and Permatasari, 2018). Tetap aktif secara sosial dapat membawa manfaat bagi lansia dalam hal penilaian diri yang lebih baik terhadap kesehatan dan fungsi fisik. Ini juga dapat membantu mencegah depresi dan gangguan kognitif karena memberikan stimulasi intelektual dan emosional dan akibatnya meningkatkan penilaian kualitas hidup mereka (Bélanger *et al.*, 2016). Para lansia biasanya menilai kualitas hidup mereka baik atau lebih baik. Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup secara khusus termasuk fungsi fisik dan kemampuan kognitif, depresi dan penyakit penyerta lainnya, kesepian dan fungsi sosial. Hubungan erat antara status fungsional dan penilaian kualitas hidup membutuhkan tindakan untuk menjaga kemandirian lansia selama mungkin (Talarska *et al.*, 2018).

B. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang ada di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro sebanyak 112 orang. Sampel dalam penelitian adalah sebagian lansia yang ada di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro sebanyak 40 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Variabel

independen dalam penelitian ini adalah dukungan sosial dan kualitas hidup lansia menjadi variabel dependen. Pengumpulan data variabel independen dan dependen dilakukan secara bersamaan menggunakan kuesioner (kuesioner SSQ-6 oleh Sarason digunakan untuk mengukur dukungan keluarga dan WHO-QoL BREF oleh WHO digunakan untuk mengukur kualitas hidup lansia. Pengolahan data dilakukan dengan editing, koding, skoring, tabulating dan analisis. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui karakteristik responden dan uji statistik Korelasi Spearman's rho digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen.

C. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Umur	Frekuensi	Persentase
60 – 65	29	77,5
> 65	11	22,5
Total	40	100

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar umur responden berada dalam kategori lansia akhir.

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	16	40
Perempuan	24	60
Total	40	100

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki.

3. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	37	92,5
SMP	2	5
SMA	1	2,5
Total	40	100

Tabel 3 menunjukkan hampir seluruh responden berpendidikan SD.

4. Dukungan sosial

Tabel 4. Distribusi frekuensi dukungan sosial

Dukungan sosial	Frekuensi	Persentase
Baik	21	52,5
Cukup	14	35
Kurang	5	12,5
Total	40	100

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar dukungan sosial kepada responden baik.

5. Kualitas hidup lansia

Tabel 5. Distribusi frekuensi kualitas hidup lansia

Kualitas hidup lansia	Frekuensi	Persentase
Baik	23	57,5
Cukup	15	37,5
Kurang	2	5
Total	40	100

Tabel 5 menunjukkan sebagian besar kualitas hidup responden baik.

6. Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia

Tabel 6. Tabulasi silang dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia

Kualitas hidup	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Dukungan Sosial								
Baik	15	37,5	6	15	0	0	21	52,5
Cukup	8	20	5	12,5	1	2,5	14	35
Kurang	0	0	4	10	1	2,5	5	12,5
Total	23	57,5	15	37,5	2	5	40	100

Uji statistik Korelasi Spearman's rho = 0,007

Tabel 6 menunjukkan bahwa dukungan sosial baik dengan kualitas hidup baik sebanyak 15 responden (37,5%).

Hasil dari uji statistik menggunakan Spearman's rho memiliki nilai signifikansi adalah 0,007 (< alpha 0,05) sehingga hipotesis alternatifnya diterima artinya ada hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro.

D. PEMBAHASAN

1. Dukungan sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan sosial kepada responden baik. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena tingginya rasa kekeluargaan berdasarkan nilai budaya pada masyarakat setempat. Berdasarkan hasil wawancara kepada masyarakat setempat didapatkan informasi bahwa masyarakat setempat sangat menghargai orang yang lebih tua apalagi orang tersebut adalah keluarga mereka, sehingga mereka akan selalu memperhatikan dan mendukung setiap kegiatan lansia yang ada di dusun mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Rizka and Rahmatika (2018) yang menyatakan bahwa dukungan sosial keluarga berperan signifikan terhadap motivasi menjaga kesehatan melalui aktivitas fisik pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 60 – 65 tahun atau berada pada kategori usia lansia akhir. Lansia berusia 60-65 tahun sebagian besar masih memiliki kondisi fisik yang prima dan dapat berinteraksi dan melakukan aktifitas sehari-hari dengan baik, sehingga dukungan sosial yang didapatkan oleh lansia juga baik. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian Deniro, Sulistiawati and Widajanti (2017) yang

menyatakan bahwa semakin tinggi usia lansia maka akan semakin sulit untuk berinteraksi dengan sekitarnya.

Responden dalam penelitian ini sebagian besar mempunyai pendidikan SD. Pendidikan SD pada zaman para lansia masih muda merupakan hal yang luar biasa, dengan kata lain seseorang yang berpendidikan SD pada masa itu sudah memiliki pengetahuan dan sikap yang baik. Pengetahuan dan sikap yang baik akan mempengaruhi cara seseorang berhubungan dengan orang lain dan akan mempengaruhi dukungan sosial yang dia dapatkan. Hal ini sesuai dengan penelitian Deniro, Sulistiawati and Widajanti (2017) yang menyatakan bahwa pendidikan dapat mempengaruhi cara berinteraksi antar manusia.

2. Kualitas hidup

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia sebagian besar memiliki kategori baik. Menurut peneliti kualitas hidup pasien dapat baik karena lansia mau menerima kondisi yang ia alami, karena kualitas ditentukan oleh kepuasan batin dan tidak bisa diukur dengan kasat mata. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa kualitas hidup lansia dapat dipengaruhi oleh rasa penerimaan dari masing-masing individu lansia (Babak *et al.*, 2018).

Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki usia lansia akhir. Usia ini akan menumbuhkan kualitas berfikir dan pandangan hidup yang semakin meluas pada lansia. Jika lansia mampu menerima perubahan yang ada dalam dirinya maka akan menyebabkan meningkatnya kualitas hidup lansia tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Simon (2018) yang menyatakan bahwa berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagian besar domain kualitas hidup lansia tidak ada hubungan yang bermakna dengan karakteri usia lansia tapi ada dua domain yang berdasarkan hasil analisa statistik ada hubungan yang bermakna antara domain kesehatan dan domain kemandirian, pengendalian hidup dan kebebasan dengan usia lansia.

Responden dalam penelitian ini sebagian besar memiliki berpendidikan. Pendidikan akan menyebabkan pengetahuan yang lebih luas pada lansia. Pendidikan yang cukup akan menyebabkan pemaknaan hidup yang kuat oleh lansia tersebut dengan indikator yang lebih luas. Hal ini sesuai dengan penelitian Indrayani and Ronoatmojo (2018) yang menyatakan bahwa karakteristik lansia meliputi pendidikan dan pekerjaan memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia.

3. Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia

Hasil dari uji statistik menggunakan Spearman's rho memiliki nilai signifikansi 0,007 ($< \alpha$ 0,05) sehingga hipotesis alternatifnya diterima artinya ada hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Dusun Boti Desa Turi Kecamatan Tambakrejo Kabupaten Bojonegoro. Hal ini

dibuktikan dengan tabel cross tabulasi yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang baik dengan kualitas hidup baik sebanyak 15 responden (37,5%).

Menurut asumsi peneliti, dukungan sosial dapat menyebabkan peningkatan mood dan *well-being* pada seseorang. Kondisi well being karena adanya dukungan dari orang yang ada disekitarnya akan menyebabkan lansia menjadi bahagia dan mampu menghadapi segala tantangan proses penuaan yang dia hadapi. Peningkatan resiliensi lansia terhadap perubahan yang ada dalam dirinya akan menyebabkan lansia tersebut dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sehingga lansia dapat memiliki kualitas hidup yang optimal.

Hal ini sesuai dengan penelitian Indrayani and Ronoatmojo (2018) yang menyatakan bahwa dukungan dari orang yang ada disekitar lansia ini sangat dibutuhkan lansia dalam menjalani kehidupannya. Dengan adanya dukungan yang baik, maka lansia akan merasa lebih diperhatikan. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan Maryam bahwa keluarga merupakan support system utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya.

Penelitian lain juga mengungkap hasil serupa dimana Kualitas hidup serta tingkat kemandirian, risiko jatuh, dan kebutuhan perawatan 24 jam secara signifikan dipengaruhi oleh faktor-faktor berikut: inkontinensia urin, kesulitan mobilitas di luar rumah, putus asa, kelupaan, dan dukungan orang sekitar (Talarska *et al.*, 2018).

E. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Dukungan sosial yang baik dan adekuat dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Dukungan sosial tersebut bisa didapatkan dari keluarga maupun orang yang berada di sekitar lansia.

2. Saran

Upaya peningkatan dukungan sosial pada lansia perlu ditingkatkan sehingga kualitas hidup lansia dapat optimal dan tercapai derajat hidup yang sehat pada lansia. Oleh karena itu hendaknya perawat di puskesmas maupun yang bersinggungan langsung dengan masyarakat mau dan mampu mempromosikan pentingnya dukungan sosial bagi lansia.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Ahadiningtyas Juliana Atmaja, R. and Rahmatika, R. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga terhadap Motivasi Menjaga Kesehatan Melalui Aktivitas Fisik pada Lansia. *Journal Psikogenesis*, 5(2), p. 180. doi: 10.24854/jps.v5i2.506.
- Aniyati, S. and Kamalah, A. D. (2018). Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bojong I Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(1). doi: 10.26753/jikk.v14i1.270.

- Babak, M. *et al.* (2018). Asosiasi antara Dukungan Sosial dan Kebahagiaan di antara Lansia di Iran. pp. 260–265.
- Bélanger, E. *et al.* (2016). Sources of social support associated with health and quality of life: A cross-sectional study among Canadian and Latin American older adults. *BMJ Open*, 6(6), pp. 1–10. doi: 10.1136/bmjopen-2016-011503.
- Deniro, A. J. N., Sulistiawati, N. N. and Widajanti, N. (2017). Hubungan antara Usia dan Aktivitas Sehari-Hari dengan Risiko Jatuh Pasien Instalasi Rawat Jalan Geriatri. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 4(4), p. 199. doi: 10.7454/jpdi.v4i4.156.
- Herlina and Agrina. (2019). Spirituality and health status among elderly people in nursing home in Riau, Indonesia. *Enfermeria Clinica*. Elsevier España, S.L.U., 29(xx), pp. 13–15. doi: 10.1016/j.enfcli.2018.11.007.
- Indrayani and Ronoatmojo, S. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), pp. 69–78. doi: 10.22435/kespro.v9i1.892.69-78.
- Kiik, S. M., Sahar, J. and Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), pp. 109–116. doi: 10.7454/jki.v21i2.584.
- Milena, D. *et al.* (2019). The impact of social support on the quality of life of the elderly from rural areas. *Medicinski Casopis*, 53(3), pp. 86–94. doi: 10.5937/mckg53-24672.
- Moeini, B. *et al.* (2018). The association between social support and happiness among elderly in Iran. *Korean Journal of Family Medicine*, 39(4), pp. 260–265. doi: 10.4082/kjfm.17.0121.
- Patil, B. *et al.* (2014). Study of perceived and received social support in elderly depressed patients. *Journal of Geriatric Mental Health*, 1(1), p. 28. doi: 10.4103/2348-9995.141921.
- Pepe, C. K. *et al.* (2017). Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia Di Panti. *Share: Social Work Journal*, 7(1), p. 33. doi: 10.24198/share.v7i1.13809.
- Rondon Garcia, M. L. and Ramirez Navarero, J. M. (2018). The impact of quality of life on the health of older. *Journal of Aging Research*, 2018, pp. 1–7.
- Simon, M. G. (2018). Hubungan Kualitas Hidup Lansia Dengan Karakteristik Lansia (Usia) Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Mano, Kabupaten Manggarai Timur, Nusa Tenggara Timur. 2(2), pp. 25–30.
- Talarska, D. *et al.* (2018). Determinants of quality of life and the need for support for the elderly with good physical and mental functioning. *Medical Science Monitor*, 24, pp. 1604–1613. doi: 10.12659/MSM.907032.