

GAMBARAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI GRIYA SEHAT BAGHAGIA KARANGANYAR

Ekitera Weya¹⁾, S.Dwi Sulistyawati²⁾, Ratih Dwilestari Puji Utami³⁾

¹⁾Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta

^{2),3)}Dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : ekiteraweya@gmail.com

ABSTRAK

Lansia merupakan orang yang dikarunia umur panjang sehingga seorang lansia sudah melalui fase kehidupan dengan bermacam dinamika kehidupan yang dilakukan menjadi tua juga mempunyai kaitan erat dengan gangguan perubahan baik secara fisik, sosial maupun mental, Perubahan lansia membutuhkan kebutuhan yang khusus seperti halnya memerlukan bantuan untuk melakukan aktivitas seperti mandi, makan, berpakaian dan semua hal yang mencangkup kebutuhan lansia sehari-hari. Mengidentifikasi Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Panti Griya Sehat Bahagia Karanganyar.

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif univariat. Dalam penelitian ini digunakan teknis survei dengan menyebarkan kuisioner, selanjutnya data atau informasi yang diperoleh akan diolah. Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup lansia. Penelitian ini mengambil lokasi di lingkungan di panti Griya Sehat Bahagia Karanganyar sebanyak 37 lansia

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=37) Berdasarkan mayoritas usia responden yaitu usia 60 – 79 tahun sebanyak 24 responden (64.9 %). Berdasarkan Jenis Kelamin mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 32 responden (83.8%). Diketahui mayoritas kualitas hidup lansia adalah kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9 %).

Kualitas hidup lansia adalah kualitas hidup baik sebanyak 24 responden. Bagi instansi pendidikan, menjadi tolak ukur dan pertimbangan dalam membuat suatu program perencanaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Bagi peneliti, dapat menambah pengetahuan mengenai kualitas hidup lansia di panti Griya Sehat Bahagia Karanganyar sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata kunci : kualitas hidup lansia

Daftar putaka : 16 (2010-2023)

Abstract

Elderly people are people who are blessed with long life so that an elderly person has gone through phases of life with various dynamics of life. Being old also has a close relationship with changes in physical, social and mental disorders. Changes in the elderly require special needs, such as needing help to carry out activities such as bathing, eating, dressing and all the things that cover the daily needs of the elderly. The aim of this research was to identify the overview of the life quality of the elderly at Griya Bahagia Nursing Home at Karanganyar.

This type of research is univariate quantitative research. In this research, survey techniques were used by distributing questionnaires, then the data or information obtained would be processed. To find out an overview of the quality of life of the elderly. This research took place in the neighborhood of the Griya Sehat Bahagia Karanganyar Nursing Home for 37 elderly people.

The characteristics of the respondents based on Age (n=37), with the majority of respondents' age, namely 60 - 79 years old, there were 24 respondents (64.9%). Based on gender, the majority of respondents were women with 32 respondents (83.8%). It is known that the majority of elderly people's quality of life is a good quality of life with 24 respondents (64.9%).

The life quality of the elderly is a good quality of life for 24 respondents. For educational institutions, this research is a benchmark and consideration in creating a planning program to improve the quality of life of the elderly. For researchers, this research can increase knowledge about the quality of life of the elderly in the Griya Sehat Bahagia Nursing Home so it can improve the quality of life of the elderly.

Keywords : Life's quality, Elderly
References : 16 (2010-2023)

PENDAHULUAN

Lansia merupakan orang yang dikarunia umur panjang sehingga seorang lansia sudah melalui fase kehidupan dengan bermacam dinamika kehidupan yang dilakukan menjadi tua juga mempunyai kaitan erat dengan gangguan perubahan baik secara fisik, sosial maupun mental. Perubahan lansia membutuhkan kebutuhan yang khusus seperti halnya memerlukan bantuan untuk melakukan aktivitas seperti mandi, makan, berpakaian dan semua hal yang mencakup kebutuhan lansia sehari-hari. Di panti terdapat perawat yang bekerja untuk memenuhi kebutuhan lansia dan mereka berada dengan lansia selama 24 jam, di panti juga terdapat lansia yang lainnya sehingga kebutuhan lansia dipanti dapat terpenuhi, akan tetapi banyak peneliti sebelumnya yang mengatakan bahwa kualitas hidup lansia lebih rendah dibandingkan lansia yang berada di rumah, memasuki lanjut usia ada beberapa masalah yang dialami oleh para lansia, diantaranya adalah masalah kognitif (Hartini, 2018).

Menurut WHO, dengan tahun 2050 akan meningkat sekitar 600 juta menjadi 2 milyar lansia dan untuk wilayah asia yang akan mengalami perubahan demografi terbesar populasi lansia sebesar 82 % (M & Erwanti, 2018). Secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus meningkat. Proporsi penduduk lansia di dunia pada tahun 2019 mencapai 13,4% pada tahun 2020 diperkirakan meningkat menjadi 25,3% dan pada tahun 2010 diperkirakan menjadi 35,1% dari total penduduk (WHO, 2019). Seperti halnya yang terjadi di dunia, Indonesia juga mengalami penuaan penduduk Tahun 2019, jumlah lansia indonesia meningkat menjadi 27,5 jta atau 10,3% dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2019 (Kemenkes, 2019).

Lansia identik dengan berbagai penurunan status kesehatan terutama status kesehatan fisik. Status kesehatan lansia yang menurun seiring dengan bertambahnya usia akan memengaruhi kualitas hidup lansia. Dari hasil penelitian dari Wulandari (2016), dari 30 responden lansia. 26 responden lansia didapat hasil kualitas hidup baik

(86,67%), sedangkan 4 responden lansia memiliki kualitas hidup kurang baik (13,33%). Peneliti menyatakan bahwa di dalam penelitiannya tidak hanya kondisi fisik yang berpengaruh dalam kualitas hidup lansia, namun kondisi psikologis juga dapat membuat lansia memiliki kualitas hidup yang baik.

Berdasarkan fenomena yang ada maka untuk meningkatkan kualitas hidup lansia segala aspek pendukung yang berada dipanti lansia harus dioptimalkan sebaik mungkin bagaimana mereka dapat menjadi keluarga bagi lansia-lansia yang berada di Panti baik dari segi pendekatan secara langsung atau interpersonal kepada lansia ataupun dengan kegiatan spiritual atau dalam kegiaian yang lainnya. Karena hal ini sangat penting untuk kualitas hidup lansia kedepannya dan peneliti sendiri tertarik untuk melakukan penelitian tentang Mengidentifikasi Factor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia (Permatasari, 2018)

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 25 Juni 2024 diPanti Lansia Griya Sehat Bahagia Kabupaten Karanganyar 6 responden lansia yang diwawancarai, bahwa lansia mengatakan dirinya mempercayai kondisi fisiknya masih sehat karena dilakukan pemeriksaan medis, 3 lansia mengatakan bahwa dirinya merasa kesepian, untuk berkomunikasi dapat berinteraksi dengan baik, tetapi terkadang lansia masih enggan untuk bersosialisasi karena ada hal yang dihindari seperti kurang percaya diri dan lansia memiliki persepsi bahwa lingkungan tempat tinggalnya belum memadai serta dukungan keluarga kurang maksimal. Sehingga peneliti akan melakukan penelitian tentang gambaran kualitas hidup lansia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran kualitas hidup lansia di Panti Griya Sehat Bahagia.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif univariat. Dalam penelitian ini digunakan teknis survei dengan menyebar kuisisioner, selanjutnya data atau informasi yang diperoleh akan diolah. Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup lansia. Penelitian ini mengambil lokasi di lingkungan di panti Griya Sehat Bahagia Karanganyar sebanyak 37 lansia. Penelitian ini telah dinyatakan etik dengan nomor etik 2.010/VIII/HREC/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini adalah :

Tabel 1 karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi (n)	Presentase
60 – 79 Tahun	24	64.9 %
80 – 99 tahun	13	35.1 %
Total	37	100.0 %

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas umur responden yaitu usia 60–79 tahun sebanyak 25 responden (65.8%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indrayogi, dkk (2022) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berusia 65-70 tahun sebanyak 224 responden (51,73%). Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawati & Sri (2021) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berusia 60-74 tahun sebanyak 36 responden (76,6%). Usia harapan hidup lansia di panti bisa bervariasi tergantung pada sejumlah faktor, termasuk kondisi kesehatan individu, kualitas perawatan yang diterima,

akses ke layanan medis, dan lingkungan panti itu sendiri.

Secara umum, usia harapan hidup lansia yang tinggal di panti jompo biasanya sedikit lebih pendek dibandingkan dengan lansia yang tinggal di rumah sendiri atau bersama keluarga, terutama jika mereka memiliki kondisi kesehatan yang sudah kronis atau memerlukan perawatan jangka Panjang. Usia memengaruhi kualitas hidup lansia karena seiring bertambahnya usia, kondisi fisik dan kesehatan cenderung mengalami penurunan. Lansia yang lebih tua sering menghadapi peningkatan risiko penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan masalah mobilitas yang dapat membatasi aktivitas sehari-hari mereka. Hal ini memengaruhi kemampuan mereka untuk tetap mandiri, sehingga kualitas hidup sering kali berkurang ketika usia lanjut semakin bertambah dan masalah kesehatan semakin kompleks **Error! Reference source not found.**

Menurut asumsi peneliti, bertambahnya usia cenderung mengurangi kualitas hidup lansia karena peningkatan risiko penyakit kronis dan penurunan mobilitas. Lansia yang lebih tua juga lebih rentan terhadap kesepian dan depresi akibat kehilangan sosial. Selain itu, kemampuan beradaptasi terhadap perubahan cenderung menurun seiring usia, yang memengaruhi kesejahteraan mereka.

Tabel 2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi (n)	Presentase
Laki – laki	6	16.2 %
Perempuan	32	83.8 %

Total	37	100.0 %
--------------	-----------	----------------

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas

Kualitas Hidup Lansia	frek(f)	Presentase (%)
Kualitas Hidup Sedang	2	54%
Kualitas Hidup Baik	24	64.9%
Kualitas Hidup Sangat Baik	11	29.7%
Total	37	100%

jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 32 responden (84.2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum & Artistin (2023) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 31 responden (88,6%). Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Manungkalit, dkk (2021) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 74 responden (51,03%).

Jenis kelamin mempengaruhi kualitas hidup lansia karena pria dan wanita sering memiliki pengalaman hidup yang berbeda, terutama terkait kesehatan dan peran sosial. Secara fisik, wanita lansia cenderung memiliki harapan hidup lebih panjang, tetapi mereka juga lebih rentan terhadap penyakit kronis seperti osteoporosis dan artritis, yang dapat membatasi mobilitas mereka. Sebaliknya, pria lansia lebih mungkin mengalami penyakit kardiovaskular, namun memiliki

risiko kematian yang lebih tinggi di usia lebih muda, yang berdampak pada kualitas hidup yang berbeda antara kedua gender (Manungkalit, dkk., 2021).

Menurut asumsi peneliti, jenis kelamin dapat memengaruhi kualitas hidup lansia, dimana wanita cenderung lebih rentan terhadap penyakit kronis, pria lansia lebih sering menghadapi isolasi dan penyakit kardiovaskuler. Pada penelitian ini, lansia mampu menjaga gaya hidupnya dan pola makan yang sehat, serta cenderung memiliki mobilitas yang lebih baik dan mampu menjalani aktivitas sehari-hari dengan mandiri.

Tabel 3 kualitas hidup lansia

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas kualitas hidup lansia adalah merasakan kegembiraan, makna hidup, kepuasan, keamanan, dan rasa memiliki. Orang dengan kualitas hidup yang baik juga dapat menghadapi situasi stres dengan lebih baik sebanyak 24 responden (63,2 %). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawati & Sri (2021) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kualitas hidup dalam kategori baik sebanyak 46 responden (97,9%). Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum & Artistin (2023) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kualitas hidup dalam kategori baik sebanyak 24 responden (68,6%).

Kualitas hidup adalah persepsi individu mengenai kehidupannya di tengah masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada, terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian (*World Health Organization*, 2024).

Kualitas hidup lansia sangat dipengaruhi oleh kesehatan fisik dan mental mereka. Penurunan kondisi fisik, seperti penyakit kronis dan keterbatasan mobilitas, dapat membatasi kemampuan mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari **Error! Reference source not found..**

Menurut Ningrum & Artistin (2023) kualitas hidup baik bagi lansia ditandai oleh kesejahteraan fisik, mental, dan sosial. Secara fisik, lansia yang sehat memiliki akses ke perawatan kesehatan yang memadai, nutrisi yang seimbang, dan lingkungan yang mendukung mobilitas serta keselamatan. Lansia yang mengalami stroke biasanya diberikan aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan kognitif mereka.

Aktivitas Outdoor adalah kegiatan yang dilakukan diluar ruangan atau dalam bebas. Kegiatan outdoor bisa dilakukan untuk berbagai tujuan, seperti rekreasi, melepas penat, mencari ketenangan, dan pendidikan. Kesejahteraan mental melibatkan rasa puas diri, kemampuan mengelola stres, serta kesempatan untuk menjaga keterlibatan kognitif melalui aktivitas yang menantang. Secara sosial, Domain sosial di panti, Interaksi dengan Luar Panti : Kunjungan dari Keluarga dan Teman Anggota keluarga dan teman sering diundang untuk mengunjungi lansia di panti. Ini penting untuk menjaga hubungan emosional dan sosial.

Menurut asumsi peneliti, kualitas hidup lansia dapat dipengaruhi oleh kesehatan fisik, mental, serta dukungan sosial yang mereka terima. Lingkungan yang ramah lansia dan hubungan sosial yang kuat juga membantu meningkatkan kesejahteraan dan kemandirian mereka, karena dari hasil penelitian yang dilakukan oleh

peneliti didapatkan hasil kualitas hidup baik dengan dipengaruhi lingkungan yang nyaman, pengurus panti yang aktif dan terampil, serta dari segi psikologis itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan, sebagai berikut:

- a. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berusia 60–79 tahun sebanyak 25 responden (65.8%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil bahwa mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 32 responden (84.2%).
- b. Kualitas hidup lansia adalah kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (63.2 %).

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti dapat memberikan beberapa saran antara lain:

- a. Bagi Lansia, dapat mengetahui kualitas hidup lansia di Panti Griya Sehat Bahagia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya.
- b. Bagi Panti, dapat mengetahui masalah kualitas hidup lansia di Panti Griya Sehat Bahagia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.
- c. Bagi instansi pendidikan, menjadi tolak ukur dan pertimbangan dalam membuat suatu program perencanaan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.
- d. Bagi peneliti, dapat menambah pengetahuan mengenai kualitas hidup lansia di panti Griya Sehat Bahagia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.
- e. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi tolak ukur dan bahan referensi mengenai kualitas hidup

lansia di Panti Griya Sehat Bahagia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto, A., Puspitasari, N., & Utami, D. N. (2020). Aktivitas Lansia Terhadap Kualitas Lansia Physical Activity To Quality Of Life In The Elderly. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, XIII(2), 145–151.
- Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia. *PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, 2(1), 1–9.
<https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i1.41>
- Fitria, S. N., & Prameswari, G. N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 472–478.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Kognisi, P. K., Risiko, P., Jenis, D. A. N., Bidori, F., Puspitowati, L. I. dan I., Wijaya, I. G. B., Alifah, U., Artikel, I., Paedagoria, S. N., Anwar, I., Jamal, M. T., Saleem, I., Thoudam, P., Hassan, A., Anwar, I., Saleem, I., Islam, K. M. B., Hussain, S. A., Witcher, B. J., ... alma. (2021). *Industry and Higher Education*, 3(1), 1689–1699.
<http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/1288>

- Pardosi, S., & Buston, E. (2022). Hubungan Gaya Hidup Memengaruhi Status Kesehatan Lanjut Usia Lifestyle Affects Elderly Health Status. *Jurnal Kesehatan*, 13(3), 1–8. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK538>
- Pradina, E. I. V., Marti, E., & Ratnawati, E. (2022). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Padukuhan Pranan, Sendangsari, Minggir, Sleman. *Jurna Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 6(2), 112. <https://doi.org/10.22146/jkkk.75227>
- Putri, D. K., Krisnatuti, D., & Puspitawati, H. (2019). Kualitas Hidup Lansia: Kaitannya Dengan Integritas Diri, Interaksi Suami-Istri, Dan Fungsi Keluarga. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 12(3), 181–193. <https://doi.org/10.24156/jikk.2019.12.3.181>
- Putri Wiraini, T., Zuhra, R. M., & Hasneli, Y. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Pada Masa COVID-19. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(1), 44–53. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.99>
- iii, B. A. B., & Penelitian, A. D. (2015). *Isra Miarsih, 2015 Gambaran Kualitas Hidup Wanita Lanjut Usia Yang Mengikuti Senam Gerak Latih Otak Di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi Bandung Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu*
- Arywibowo, J. D., & Rozi, H. F. (2024). Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal di Panti Wreda dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya: Tinjauan Pustaka Pada Lansia di Indonesia. *Jurnal Empati*, 129-142.
- Arywibowo, J. D., & Rozi, H. F. (2024). Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal di Panti Wreda dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya: Tinjauan Pustaka Pada Lansia di Indonesia. *Jurnal Empati*, 129-142.
- Indrayogi, Priyono, A., & Asyisyah, P. (2022). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemberdayaan Lansia Produktif, Gaya Hidup Sehat dan Aktif. *Indonesian Community Service and Empowerment Journal (IComSE)*, 185-191.
- Manungkalit, M., Sari, N. P., & Prabasari, N. A. (2021). Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Adi Husada Nursing Journal*, 34-40.
- Ningrum, W. A., & Artistin, A. R. (2023). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Panti Wreda Wilayah Kota Surakarta. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 4104-4115.
- Nurlianawati, L. (2021). Hubungan Kemandirian Lansia Dalam Activity Of Daily Living Terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*, 56-60.
- World Health Organization. (2024). *WHOQOL: Measuring quality of life*.

