

FAKTOR DOMINAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Sri Hayulita¹, Arief Bahasa², Andrian Novika Sari³

^{1,2)} Program Studi S1 Keperawatan STIKes Yarsi Sumbar, Bukittinggi

³⁾ Program Studi D III Keperawatan STIKes Yarsi Sumbar, Bukittinggi

email: lulusrihayulita@yahoo.com

Abstrak

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia membawa dampak terhadap berbagai aspek kehidupan, salah satu masalahnya yaitu menurunnya kualitas hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey analitik*, dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan terhadap 96 sampel. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Quality of Life Index: Generic Version-III* untuk mengukur faktor kualitas hidup dan kuesioner *WHOQOL-BREF* untuk mengukur kualitas hidup. Analisa dengan menggunakan uji *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara faktor kesehatan fisik, faktor psikologi/spiritual, faktor hubungan sosial dan ekonomi, dan faktor keluarga dengan kualitas hidup lansia. Faktor kesehatan fisik merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk memberikan pelayanan yang holistik pada lansia, sehingga masalah yang muncul pada lansia baik fisik, psikologi/spiritual, hubungan sosial & ekonomi serta keluarga dapat diidentifikasi dengan cepat dan tidak menyebabkan penurunan pada kualitas hidup lansia.

Kata kunci: *kualitas hidup, lanjut usia, faktor dominan*

Abstract

An increase in the number of elderly people in Indonesia will have an impact on various aspects of life, from the person concerned, family and community. One of the problems is the declining elderly's quality of life. The quality of life of the elderly is currently one of the topics discussed. This study aims to determine the dominant factors related to the quality of life of the elderly in Tarok Subdistrict, the Working Area of Guguk Panjang Health Center. The method used in this study is an analytical survey, with a cross sectional approach. The population in this study amounted to 1,993 elderly, with a total sample of 96 elderly. The research instrument used the Quality of Life Index: Generic Version-III questionnaire to measure the quality of life factors and the WHOQOL-BREF questionnaire to measure quality of life. This study was tested using the Pearson test. Bivariate analysis shows that there is a significant correlation between physical health factors, psychological / spiritual factors, social and economic relationship factors, and family factors with the quality of life of the elderly with ($p < 0.05$). Multivariate tests show that physical health factors are dominant factors related to the quality of life of the elderly. This research is expected to be used as an effort to provide holistic services to the elderly, so the problems that arise in the elderly physically, psychologically / spiritually, social & economic and families can be identified quickly and do not cause a decline in the quality of life of the elderly.

Keywords: *quality of life, elderly, dominant factors*

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai umur 60 tahun keatas (Padila, 2013). Data yang didapat dari Pusat Data dan Informasi (2015) mencatat bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2016 sebesar 14,3 juta jiwa. Pada tahun 2020 diprediksi jumlah lansia akan meningkat menjadi 28,8 juta jiwa (11,34%) dari total jumlah penduduk. Jumlah lansia di Sumatera Barat menduduki peringkat ketujuh tertinggi yaitu sebanyak 8,9% dari

jumlah penduduk di Indonesia (Badan Pusat Statistik RI, 2015).

Bukittinggi merupakan salah satu kota yang mengalami peningkatan jumlah lansia, yaitu pada tahun 2017 sebanyak 13,324 orang. (Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota, 2018). Kota Bukittinggi terdiri dari beberapa wilayah kerja puskesmas salah satunya Puskesmas Guguk Panjang. Wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang merupakan wilayah yang sangat tinggi jumlah lansianya, dimana pada tahun 2017 dengan jumlah lansia berjumlah 2,987

orang. Lansia terbanyak yaitu 1.993 orang yang berada di Kelurahan Tarok Dipo (Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi, 2018).

Berdasarkan riset yang dilakukan *Global Age Watch* yang melakukan penelitian tentang kualitas hidup lansia di 96 negara, didapatkan Indonesia berada di peringkat bawah *Indeks Global Age Watch* yakni berada di posisi 71. Kualitas hidup lansia pada saat ini menjadi salah satu topik yang dibicarakan. Kualitas hidup lansia penting untuk dibahas karena pada masa lanjut usia, seseorang akan mengalami perubahan dalam segi fisik, kognitif, interaksi sosial, fungsi keluarga, maupun psikososialnya (Papalia, et al, 2001; Ariyanti, 2009). Pada umumnya lanjut usia mengalami keterbatasan, sehingga kualitas hidup pada lanjut usia mengalami penurunan (Yuliati dkk, 2014).

Kualitas hidup yang rendah menyebabkan lansia tidak dapat menikmati masa tuanya dengan penuh makna, bahagia dan berguna (Sutikno, 2013). Kualitas hidup lansia di Indonesia masih dalam kategori rendah. Hal ini disebabkan karena terciptanya pergeseran nilai sosial yang disebabkan banyaknya keluarga yang sibuk bekerja sehingga lansia menjadi terlantar (Yudo, 2014). Rendahnya kualitas hidup lansia akan berpengaruh pada kesejahteraan lansia.

Hasil penelitian Trisnawati & Odi (2017) menunjukkan ada hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia. Hasil penelitian Nur Rohmah & Purwaningsih (2014) dalam penelitiannya menyatakan bahwa faktor fisik, faktor psikologi dan

faktor sosial berpengaruh pada kualitas hidup dan faktor psikologis menjadi faktor yang paling dominan.

Data yang diperoleh pada tanggal 13 Februari 2018 di Kelurahan Tarok Dipo dengan 13 orang lansia, didapatkan 5 lansia mengatakan mereka bahagia dengan kehidupan mereka saat ini. Lansia mengatakan merasa senang karena tinggal bersama anak dan cucunya. Lansia mengatakan mereka merasa senang dengan kegiatan di posyandu, selain untuk pergi berobat lansia juga dapat mempererat silaturahmi. Sedangkan 8 lansia mengungkapkan dan mengeluh tentang kehidupannya dimasa tua yang sangat susah. Mereka merasa terbatas aktivitasnya, sering sakit, tidak percaya diri dengan penampilan fisiknya sekarang dan kurangnya dukungan dari keluarganya. Ini menjadi tanda rendahnya kualitas hidup lansia disana karena mereka tidak bisa menikmati masa tuanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan lanjut usia yang berada di Kelurahan Tarok Dipo yang berjumlah 1.993 lanjut usia. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *non Probability Sampling* dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, Besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus dari *Lemeshow* didapatkan besar sampel sebanyak 96 orang.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1

Distribusi Faktor-faktor Kualitas Hidup dan Kualitas Hidup Lansia

Variabel	Mean	Median	Mode	Std. deviasi	Variance	Range
Faktor Kesehatan Fisik	44.81	45.00	50	7.380	54.470	36
Faktor Psikologi/Spiritual	27.31	28.00	28	3.183	10.133	16
Faktor Hub Sos & Eko	29.20	30.00	31	2.790	7.781	16
Faktor Keluarga	20.47	21.00	23	2.817	7.936	13
Kualitas Hidup	259.14	257.00	250	43.428	1886.034	219

Tabel 2

Hubungan Faktor-faktor Kualitas Hidup dengan Kualitas Hidup

Variabel	Kualitas Hidup		
	R	P Value	Koefisien Determinan
Faktor Kesehatan Fisik	0.796	0.001	63 %
Faktor Psikologi/Spiritual	0.582	0.001	33 %
Faktor Hub Sos & Ekonomi	0.487	0.001	23 %
Faktor Keluarga	0.523	0.001	27 %

Tabel 3**Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia
Step 1**

Variabel	B	Wald	P value	OR
Faktor kesehatan fisik	0.725	7.488	0.000	4.267
Faktor psikologi/spiritual	-0.34	-0.360	0.720	-0.460
Faktor hub sosial dan ekonomi	0.020	0.259	0.796	0.309
Faktor keluarga	0.164	2.083	0.040	2.522

Tabel 4**Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia
Step 2**

Variabel	B	Wald	P value	OR
Faktor kesehatan fisik	0.716	10.057	0.000	4.212
Faktor keluarga	0.157	2.210	0.030	2.425

PEMBAHASAN

Hubungan Faktor Kesehatan Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia

Dewi (2011) menyebutkan bahwa lansia yang memiliki kesehatan fisik yang baik sebanyak 88 lansia (70.4%) yang memiliki kualitas hidup baik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan fisik dengan kualitas hidup lansia. Menurut teori Felce dan Perry (1996) kesejahteraan fisik difokuskan pada kesehatan. Pada masa lanjut usia, seseorang akan mengalami perubahan dalam segi fisik, kognitif, maupun dalam kehidupan psikososialnya (Papalia, et al, 2001; Ariyanti, 2009). Kondisi kesehatan fisik secara keseluruhan mengalami kemunduran sejak seseorang memasuki fase lansia dalam kehidupannya. Hal ini antara lain ditandai dengan munculnya berbagai gejala penyakit yang belum pernah diderita pada usia muda, sebagian besar responden berusia 75-90 tahun.

Hubungan Faktor Psikologi/Spiritual dengan Kualitas Hidup Lansia

Kesejahteraan psikologis menjadi salah satu faktor yang menentukan kualitas hidup lansia. Faktor psikologis merupakan faktor penting bagi individu untuk melakukan kontrol terhadap semua kejadian yang dialaminya dalam hidup.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara faktor psikologis/spiritual dengan kualitas hidup lansia. Perubahan psikologis berasal dari kesadaran tentang merosotnya dan perasaan rendah diri apabila dibandingkan dengan orang yang lebih muda, kekuatan, kecepatan, dan keterampilan.. Aspek psikologi juga terkait dengan aspek fisik, dimana individu dapat melakukan suatu aktivitas jika

individu itu sehat secara mental. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hamid (2011), mengungkapkan gangguan mental akan menimbulkan gangguan dalam hal vitalitas hidup, fungsi sosial, keadaan emosional dan kesehatan mental secara umum. Dalam hal ini, spiritual juga berperan dalam menentukan kesehatan psikologis seseorang. Seseorang yang kondisi spiritualnya baik, mekanisme kopingnya akan lebih baik sehingga dia mampu menyelesaikan semua permasalahan hidupnya. Jika seseorang mampu mencapai kesejahteraan psikologis yang baik akan berpengaruh pada peningkatan kualitas hidupnya.

Hubungan Faktor Hubungan Sosial dan Ekonomi dengan Kualitas Hidup Lansia

Kesejahteraan sosial menjadi salah satu faktor dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Pengukuran *well-being* melibatkan pemetaan keseluruhan hidup dan mempertimbangkan setiap kejadian dalam hidup atau konteks sosial yang sangat potensial untuk mempengaruhi kualitas hidup individu.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara faktor sosial dan ekonomi dengan kualitas hidup lansia. Dengan aktif dalam aktivitas sosial, seperti tergabung dalam paguyuban lansia atau posyandu lansia akan menjadi ajang bagi mereka untuk saling bertukar pikiran, berbagi pengalaman dan saling memberikan perhatian. Seharusnya, banyaknya kegiatan yang dilakukan oleh lanjut usia dapat memfasilitasi hubungan antara lanjut usia satu dengan lanjut usia lainnya sehingga terbentuk reaksi sosial yang baik di antara lanjut usia tersebut, yang pada akhirnya akan berpengaruh pada kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, ketidakaktifan lansia dalam aktivitas sosial akan berdampak pada penurunan kualitas hidupnya (Khoridatul, 2012).

Hubungan Faktor Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia

Keluarga memiliki peran penting dalam menentukan kesehatan seseorang, yang nantinya akan berhubungan dengan kualitas hidup seseorang. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang bermakna antara faktor keluarga dengan kualitas hidup lansia. Apabila keluarga bahagia akan berpengaruh pada perkembangan emosi para anggotanya. Kebahagiaan diperoleh apabila keluarga dapat memerankan fungsinya secara baik.

Meningkatkan kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan seorang lansia untuk tetap bisa berguna di masa tuanya, yakni kemampuan menyesuaikan diri dan menerima segala perubahan dan kemunduran yang dialami serta adanya penghargaan dan perlakuan yang wajar dari lingkungan para lansia (Kuntjoro, 2011).

Kualitas hidup lansia yang optimal bisa diartikan sebagai kondisi fungsional lansia berada pada kondisi maksimum atau optimal, sehingga memungkinkan mereka bisa menikmati masa tuanya dengan penuh makna, membahagiakan, berguna dan berkualitas (Depsos, 2007). Bila faktor keluarga menurun dapat menyebabkan kualitas hidup lansia menurun.

Faktor Dominan

Kondisi kesehatan fisik secara keseluruhan mengalami kemunduran sejak seseorang memasuki fase lansia dalam kehidupannya. Fisik yang berfungsi baik memungkinkan lanjut usia untuk mencapai penuaan yang berkualitas. Namun, ketidaksiapan lanjut usia menghadapi keadaan tersebut akan berdampak pada rendahnya pencapaian kualitas hidupnya. Keterbatasan tersebut akan menghambat pencapaian kesejahteraan fisik, yang pada akhirnya akan berdampak pada kualitas hidup yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor kesehatan fisik merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup lanjut usia di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Anis Ika Nur Rohmah (2012), hasil multivariat menunjukkan bahwa faktor psikologis sebagai faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lanjut usia di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Untuk memperoleh aktifitas fisik lansia sangat diperlukan, misalnya dengan berolahraga dan ikut senam lansia yang dilakukan secara rutin dan teratur akan sangat membantu kebugaran dan menjaga kemampuan psikomotorik pada lansia. Jika lansia bugar maka lansia cenderung tidak akan menggunakan obat-obatan dan bantuan medis untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini merupakan

salah satu hal yang meningkatkan kualitas hidup lansia, sehingga dengan aktivitas fisik yang berkelanjutan lansia memiliki kebugaran yang sehat sehingga lansia akan merasakan kualitas hidup yang baik (Power dalam Lopes dan Snyder, 2004).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor kesehatan fisik dengan kualitas hidup lansia, 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor psikologi/spiritual dengan kualitas hidup lansia, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor hubungan sosial dan ekonomi dengan kualitas hidup lansia 4) Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor keluarga dengan kualitas hidup lansia. Faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan metode yang berbeda dan variabel yang lebih luas, mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexandre, S. (2009). *Factors Associated To Quality Of Life In Active Elderly*, 43(4), 613–621.
- Anis Ika Nur Normah, Purwaningsih (2012). *Quality of Life Elderly*, 120–132.
- Darmojo R.B. M. (2004). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Edisi ke-3. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Ferrans dan Powers, (2000). *Quality Of Life Index : Generic Version III*
- Isdiana, R., Mulyani, S.Kep, S., Ng, N. M., & Purwanta, S. K. (2015). *Hubungan Antara Pengabaian Psikologis Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Bener Kecamatan Tegalrejo* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Katuuk, M. E. (2017). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara*, 5.
- Nofitri. (2009). *Gambaran Kualitas Hidup Lansia Pada Lima Wilayah Jakarta. Jurnal Psikologi*
- Nugroho.W. (2011). *Keperawatan Gerontik*, edisi 2. Jakarta. EGC.
- Putri, W. A. R., & Permana, I. (2016). *Hubungan antara Fungsi Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta. Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 11(1), 1-7.
- Reno, R.B. (2012). *Hubungan Status Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Werdha Dharma Bhakti Surakarta. Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Rorong, M., Posangi, J., & Rompas, S. (2018). *Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Wilayah Kerja*

- Puskesmas Ranomuut Kecamatan Paal Ii Kota Manado.*Jurnal Keperawatan, 6(1).
- Sutikno, E (2013). *Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dan Kualitas Hidup Lansia. Jurnal Kedokteran Indonesia.* 2(1), 35-45.
- Ummah, A. C. (2016). Hubungan Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Panti Wredha Kota Semarang.
- Yulianti, D. R. (2014).*Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Pogungrejo Purwokerto.*