

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA PUCANG GADING SEMARANG

Rafli Ramadani Mahendra
15000121140248

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

Email : rafliramadanim28@gmail.com

ABSTRAK

Pertambahan usia sering kali membawa tantangan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat menurunkan kualitas hidup lansia, terlebih bagi mereka yang tinggal di panti wreda karena keterbatasan keluarga maupun pilihan pribadi. Salah satu faktor penting yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia adalah dukungan sosial, baik dalam bentuk emosional, instrumental, maupun informasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia (RPSLU) Pucang Gading Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *non-probability sampling* dengan jumlah responden sebanyak 65 lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Alat ukur yang digunakan adalah skala dukungan sosial (24 aitem, $\alpha=0,980$) dan skala kualitas hidup (32 aitem, $\alpha=0,975$) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis data menggunakan korelasi pearson menunjukkan terdapat hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dan kualitas hidup, dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,890$ dan signifikansi $p < 0,001$. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima lansia, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang mereka rasakan. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya peningkatan intervensi sosial di lingkungan panti, seperti pelatihan caregiver, program interaksi antar lansia, dan keterlibatan keluarga untuk meningkatkan kualitas hidup lansia secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Kata kunci: Dukungan sosial, kualitas hidup, lansia

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND QUALITY
OF LIFE AMONG THE ELDERLY AT THE PUCANG GADING
ELDERLY SOCIAL SERVICE HOME IN SEMARANG**

**Rafli Ramadani Mahendra
15000121140248**

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

Email: rafliramadanim28@gmail.com

ABSTRACT

Aging often brings physical, psychological, and social challenges that can decrease the quality of life in the elderly, especially for those living in nursing homes due to family limitations or personal choice. One key factor that can enhance the quality of life among the elderly is social support, whether in the form of emotional, instrumental, or informational support. This study aims to examine the relationship between social support and the quality of life among the elderly at the Pucang Gading Elderly Social Service Home (RPSLU) in Semarang. This research uses a quantitative method with a correlational approach. The sampling technique employed is non-probability sampling, with a total of 65 elderly respondents who met the inclusion criteria. The instruments used were a social support scale (24 items, $\alpha = 0.980$) and a quality of life scale (32 items, $\alpha = 0.975$), both of which had been tested for validity and reliability. Data analysis using Pearson correlation showed a very strong relationship between social support and quality of life, with a correlation coefficient of $r = 0.890$ and significance at $p < 0.001$. These results indicate that the higher the social support received by the elderly, the higher the quality of life they experience. The implications of this study highlight the importance of enhancing social interventions in nursing homes, such as caregiver training, programs that promote interaction among the elderly, and family involvement, to improve the overall and sustainable quality of life of the elderly.

Keywords: Social support, quality of life, elderly

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tiap individu menjumpai proses pertumbuhan serta perkembangan, mulai dari fase bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga mencapai usia lanjut. Fase lansia sebagai tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia ditandai dengan peningkatan kerentanan fisik dan psikologis. Pada masa ini, individu menjadi lebih rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan akibat proses penuaan alami. Kondisi tersebut menjadikan kelompok lansia terutama yang berada dalam usia akhir seringkali digambarkan sebagai populasi yang membutuhkan dukungan dalam aktivitas harian, khususnya ketika menghadapi masalah kesehatan (Nasution dkk., 2024).

Menurut Hurlock (2002) tahap akhir perkembangan manusia dapat terbagi atas dua kelompok: 1) usia lanjut dini yang letaknya pada rentang usia 60 sampai 70 tahun, 2) usia lanjut yang mulainya dari usia 70 tahun sampai ujung hayat. Sementara itu, Papalia dkk., (2008) mengkategorikan lansia atas tiga kategori. Lansia awal adalah individu yang berumur antara 65 sampai 74 tahun, yang umumnya masih aktif, sehat, dan mampu menjalankan aktivitas sehari-hari. Lansia menengah berada pada rentang usia 75 hingga 84 tahun, sedangkan lansia lanjut adalah individu yang telah mencapai usia 85 tahun ke atas. Pada kelompok lansia tertua, kemungkinan besar akan menjadi lebih rentan dan memerlukan bantuan dalam mengelola kehidupan sehari-hari.

Menurut data *World Health Organization* (WHO), jumlah lansia diperkirakan akan terus meningkat secara global, dengan negara-negara berkembang menghadapi peningkatan yang lebih cepat dalam jumlah populasi lansia. Jumlah lansia di Indonesia mengalami kenaikan yang substansial (Kemkes.go.id). Menurut Badan Pusat Statistik

(2023), jumlah lansia terus bertambah setiap tahunnya, diperkirakan mencapai 14% dari total populasi pada tahun 2045. Hal ini mendorong kebutuhan untuk meningkatkan layanan kesehatan, fasilitas perawatan lansia, dan kebijakan sosial yang mendukung kesejahteraan mereka. Peningkatan populasi lansia juga membawa tantangan tersendiri bagi sistem kesehatan dan ekonomi, mengingat perlunya penyesuaian dalam infrastruktur dan layanan publik.

Perkembangan jumlah populasi penduduk ini tidak setara dengan angka perkiraan populasi lansia yang punya kualitas hidup yang sehat. Buondonno dkk. (2020) menyampaikan bahwasanya, jumlah lansia yang punya umur yang panjang tidak bisa dijadikan jaminan atas kualitas hidupnya. Kualitas hidup lansia yang sukses meliputi kondisi kesehatan fisik, biologis serta psikologis, ditambah status nutrisi, fungsi kognitif, sosial, keterlibatan, produktivitas, kontrol pribadi, serta kepuasan dengan hidup (Dahany dkk., 2014).

Kebanyakan lansia sering mengalami sakit sehingga aktivitasnya sehari-hari terbatas. Tidak jarang lansia mengalami penyakit kronis seperti artralgia genu, gastritis kronis, nyeri pinggang bawah, katarak, hipertensi dan diabetes melitus. Lansia kurang melakukan interaksi dengan baik bersama orang-orang karena cenderung tidak percaya diri dengan kondisi fisik yang sudah banyak yang tidak sama misalnya kulit keriput, rambut beruban, gigi berangsur habis. Penurunan fisik lansia bisa mengakibatkan kualitas hidup lansia ikut menurun. Perubahan yang muncul tidak sebatas pada aspek fisiknya saja, turut pula muncul perubahan pada aspek kehidupan lainnya misalnya psikologis, emosional serta sosial yang bisa memengaruhi kemampuan lansia saat berkegiatan sehari-hari (Ismillah dkk, 2024).

Sekarang ini semakin banyak lansia tinggal di panti wreda karena keterbatasan keluarga merawat atau butuh fasilitas khusus, Nasution dkk (2024) dalam penelitiannya,

lansia tinggal di panti wreda sebab terpaksa dititip atas kemauan para anaknya ataupun tidak mendapatkan dukungan keluarga. Lansia yang terpaksa tinggal di panti wreda sejatinya nanti akan merasakan lebih bahagia mengamati para cucunya tumbuh besar, namun para lansia hanya sebatas bisa mengirim doa agar anak serta cucunya bahagia sebab lansia sudah dititip di panti wreda. Kemudian pada lansia yang tinggal di panti atas kemauannya sendiri, lebih senang di panti daripada di rumah karena merasa sepi tidak ada yang merawat, semenetara di panti wreda lansia punya banyak teman baru. Panti wreda (ataupun panti jompo) aialah sebuah lembaga sosial yang menyediakan tempat tinggal, perawatan, dan pendampingan bagi lansia yang tidak lagi memiliki keluarga atau membutuhkan bantuan khusus dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Indrayani dan Ronoatmodjo, 2018).

Kondisi lansia yang tinggal di panti wreda sangat beragam, tergantung pada kualitas fasilitas, perawatan, dan dukungan yang tersedia. Secara fisik, sebagian panti menyediakan kebutuhan dasar seperti tempat tidur nyaman, makanan bergizi, dan akses layanan kesehatan. Keterbatasan fasilitas di panti, lansia mungkin menghadapi masalah kebersihan, gizi kurang seimbang, atau keterlambatan penanganan medis. Dari segi mobilitas, lansia dengan kondisi fisik lemah seringkali bergantung pada pengasuh untuk aktivitas sehari-hari, seperti mandi atau berjalan (Nasution dkk, 2024). Sementara itu, lansia yang masih aktif mengisi waktu dengan kegiatan ringan di panti, seperti kerajinan tangan atau ibadah, meski kesempatan untuk berinteraksi dengan dunia luar tetap terbatas.

Studi pendahuluan terhadap 10 lansia di RPSLU Pucang Gading Semarang mengungkap kompleksnya kualitas hidup lansia di panti. Sebanyak 6 lansia tinggal di panti karena keterpaksaan, keluarga berada di luar daerah sementara lansia sudah tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup secara mandiri. Lansia menggambarkan kehidupan yang pasrah, mengandalkan fasilitas panti sebagai pengganti dukungan keluarga yang tidak

terjangkau secara geografis dan ekonomi. Sementara itu, 4 lansia lainnya justru mengalami keterpisahan emosional, lansia sengaja memilih panti karena merasa tidak mendapat perhatian atau perawatan yang memadai dari anak atau kerabat dekat. Kelompok ini cenderung lebih rentan secara psikologis, dengan ekspresi kekecewaan yang lebih jelas akibat rasa tidak dihargai dalam keluarga.

Fenomena ini menunjukkan kompleksitas masalah yang dihadapi lansia di era modern. Terdapat lansia yang terpaksa tinggal di panti karena keterbatasan ekonomi dan jarak geografis dengan keluarga. Terdapat lansia yang secara sukarela memilih tinggal di panti karena merasa tidak diperhatikan atau bahkan diabaikan oleh keluarga sendiri. Kondisi ini memunculkan pertanyaan penting tentang perubahan nilai-nilai keluarga dalam masyarakat kontemporer, khususnya terkait penghormatan juga tanggung jawab atas orang tua berusia lanjut. Temuan awal ini memberikan gambaran awal yang kuat tentang berbagai faktor yang mendorong lansia untuk tinggal di panti wreda, baik faktor eksternal maupun internal keluarga.

Kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor multidimensi yang saling berinteraksi, meliputi faktor fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Secara fisik, kondisi kesehatan dan kemampuan fungsional menjadi penentu utama, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian WHO (2020) bahwa penyakit kronis dan keterbatasan mobilitas secara signifikan menurunkan kualitas hidup. Faktor psikologis seperti depresi dan kesepian juga berperan penting, dengan studi dari Djernes (2019) menemukan prevalensi depresi pada lansia mencapai 29,2% yang berdampak pada penurunan kesejahteraan subjektif. Dari aspek lingkungan, kualitas fasilitas tempat tinggal dan aksesibilitas layanan kesehatan turut mempengaruhi, seperti diungkapkan Evans dkk (2018) bahwa lingkungan yang tidak mendukung dapat memperburuk kondisi lansia. Berdasarkan faktor tersebut, dukungan sosial menonjol sebagai elemen krusial sesuai dengan penelitian Courtin dan Knapp (2017)

yang menunjukkan bahwa dukungan sosial efektif mengurangi 34% risiko penurunan kualitas hidup pada populasi lansia.

Beragam penelitian empiris secara konsisten memberi bukti bahwasanya kurangnya dukungan sosial punya dampak signifikan atas rendahnya kualitas hidup lansia di panti wreda. Riset oleh Andesty dan Syahrul (2018), Azmi dkk. (2018), juga Indrayani dan Ronoatmodjo (2018) memperlihatkan bahwasanya minimnya dukungan sosial baik secara emosional, instrumental, maupun informasional menjadi faktor krusial yang menurunkan kualitas hidup lansia. Hal ini dipertegas oleh Nofalia (2021) yang menyatakan bahwa ketiadaan rasa nyaman akibat kurangnya perhatian, penghargaan, dan bantuan dari lingkungan sosial berkorelasi langsung dengan kondisi kehidupan yang tidak optimal.

Temuan Mandias dan Mokorowu (2023) semakin mengonfirmasi bahwa lansia di panti wreda seringkali tidak memiliki akses terhadap orang-orang terpercaya yang dapat memberikan dukungan emosional, dorongan, atau penerimaan. Akibatnya, mereka rentan mengalami kesepian, isolasi sosial, dan penurunan kesehatan mental faktor-faktor yang secara kolektif memperburuk kualitas hidup. Tanpa kehadiran figur pendukung yang konsisten, lansia di panti cenderung menghadapi kehidupan sehari-hari dengan keterbatasan psikologis dan fisik, sehingga kesejahteraan mereka secara keseluruhan pun tidak dapat dioptimalkan.

Dukungan sosial punya andil substansial bagi kualitas hidup lansia sebab punya fungsi sebagai *buffer* terhadap stres, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan memfasilitasi pemenuhan kebutuhan sehari-hari, dengan indikator penunjang meliputi: (1) dukungan emosional (empati dan perhatian), (2) dukungan instrumental (bantuan konkret seperti perawatan kesehatan), dan (3) dukungan informasional (akses pengetahuan dan nasihat). Penelitian Chen dkk (2023) membuktikan bahwa lansia dengan dukungan sosial tinggi memiliki risiko depresi 40% lebih rendah, sementara studi Zhang dkk (2022)

menunjukkan bahwa dukungan instrumental secara signifikan meningkatkan kemandirian ADL (*Activities of Daily Living*). Lebih lanjut, meta-analisis oleh Lee dan Kim (2024) mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang memadai berkorelasi dengan peningkatan 27% kepuasan hidup pada lansia, karena memenuhi kebutuhan dasar akan rasa memiliki (*belonging*) dan harga diri (*self-esteem*), sekaligus mengurangi dampak isolasi sosial yang sering dialami kelompok lansia.

Penelitian ini terletak pada fokus spesifik terhadap hubungan dukungan sosial dan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia (RPSLU) Pucang Gading Semarang, yang belum banyak diteliti sebelumnya, terutama dalam konteks lokal Semarang. Studi ini tidak hanya menguji dampak umum dukungan sosial, tetapi juga membedakan peran tiga bentuk dukungan emosional, instrumental, dan informasional atas kualitas hidup lansia di panti wreda, disertai mempertimbangkan karakteristik unik lansia yang menetap di panti sebab keterpaksaan ekonomi atau keterpisahan emosional dari keluarga.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti akan menganalisis tentang “Hubungan Dukungan Sosial Dan Kualitas Hidup Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah daripada penelitian ini ialah: apakah terdapat hubungan dukungan sosial dan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Didasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini ialah guna mengetahui dan menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini bisa memperkaya ilmu psikologi, terkhusus bidang psikologi perkembangan serta psikologi sosial, khususnya dalam konteks lansia dengan memberikan pemahaman lebih mendalam tentang berbagai bentuk dukungan (emosional, material, dan informasi).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

- 1) Lansia dapat memahami peran dukungan sosial dalam menjaga kesehatan mental dan fisik, sehingga mendorong partisipasi aktif dalam interaksi sosial.

b. Bagi Instansi

- 1) Data penelitian dapat digunakan sebagai bahan evaluasi program pelayanan sosial yang sudah ada seperti: kegiatan rekreasi, konseling, atau terapi untuk disesuaikan dengan kebutuhan lansia.

- 2) Instansi dapat merancang intervensi baru seperti: pelatihan *caregiver* atau sistem pendampingan sebaya berdasarkan temuan hubungan antara dukungan sosial serta kualitas hidup.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

- 1) Memberi tambahan pengetahuan juga wawasan terkhusus berkenaan hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lanjut usia.