
HUBUNGAN PERUBAHAN PSIKOSOSIAL DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Maulia Ulfa¹, Muammar² and Mursyid Yahya³

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Darussalam Lhokseumawe, Aceh¹

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Darussalam Lhokseumawe, Aceh²

Program Studi S2 FKIP, Universitas Syiah Kuala, Aceh³

umaulia05@gmail.com¹; aemar.700ka@gmail.com²; mursyidyahya68@gmail.com³

Abstract

The World Health Organization (WHO) estimates that by 2025 the number of elderly people in the world will reach 1.2 billion people which will continue to increase to 2 billion people in 2050. Based on Global Age Watch research on the quality of life of the elderly, Indonesia is ranked 71st. This study aims to determine the relationship between psychosocial changes and the quality of life of the elderly in Cot Bada Barat Village, Peusangan District, Bireuen Regency. Psychosocial is a condition that occurs in individuals. Quality of life is a multidimensional form, there are three concepts of quality of life. This research is analytic with cross sectional study approach. This research has been carried out in Cot Bada Barat Village, Peusangan District, Bireuen Regency from September 3 to September 30, 2021. The population is all elderly residents aged 60-74 years in Cot Bada Barat Village, Peusangan District, Bireuen Regency, again 66 people in July 2021. Techniques sampling total sampling amounting to 66 elderly. Data processing by editing, coding, processing, tabulating and using chi square test. The results of the univariate test obtained that the psychosocial changes in the elderly in Cot Bada Barat Village, Peusangan District, Bireuen Regency were mostly in the category occurring with a frequency of 35 people (53%) and the quality of life in the elderly mostly in the moderate category with a frequency of 26 people (39.4%) . The results of bivariate analysis obtained a value of $(0.001) < (0.05)$, so H_a is accepted and H_o is rejected, which means that there is a relationship between psychosocial changes and quality of life in the elderly in Cot Bada Barat Village, Peusangan District, Bireuen Regency. It is expected that elderly families can provide support in the form of adequate therapeutic communication, the information provided is a trusted reference, pay attention to the condition of the elderly so that individuals feel cared for, appreciated, loved, and feel that there is a family environment in order to achieve a better quality of life.

Keywords : *Psychosocial Change; Quality of Life; Elderly*

Abstrak

World Health Organization (WHO) memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang di tahun 2050. Berdasarkan riset *Global Age Watch* tentang kualitas hidup lansia didapatkan Indonesia berada di peringkat 71. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Psikososial adalah suatu kondisi yang terjadi pada individu. Kualitas hidup merupakan suatu bentuk multidimensional, terdapat tiga konsep kualitas hidup. Penelitian ini bersifat *analitik* dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini telah dilaksanakan di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen mulai tanggal 3 September sampai dengan 30 September 2021. Populasi adalah seluruh penduduk lansia berusia 60-74 tahun di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen berjumlah 66 orang bulan Juli 2021. Teknik pengambilan sampel *total sampling* yang berjumlah 66 lansia. Pengolahan data dengan *editing, coding, processing, tabulating* dan menggunakan uji *chi square*. Hasil uji univariat diperoleh Perubahan psikososial pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen sebagian besar pada kategori terjadi dengan frekuensi 35 orang (53%) dan kualitas hidup pada lansia sebagian besar pada kategori sedang dengan frekuensi 26 orang (39,4%). Hasil analisis bivariat didapatkan nilai $p (0,001) < \alpha (0,05)$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Diharapkan kepada keluarga lansia dapat memberikan dukungan informasi berupa komunikasi terapeutik yang adekuat, informasi yang diberikan merupakan referensi terpercaya, memperhatikan disaat lansia dalam kondisi sakit agar individu merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan merasa ada lingkungan keluarga demi tercapainya kualitas hidup yang lebih baik

Kata Kunci : *Perubahan Psikososial; Kualitas Hidup; Lansia*

PENDAHULUAN

Kondisi negara Indonesia berada pada masa transisi demografi, yang mengubah struktur penduduk dari penduduk dengan populasi muda menjadi populasi lebih tua. Semakin meningkatnya jumlah penduduk usia lanjut akan berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan terkait dengan penurunan pada kondisi fisik, psikis dan sosial. Penurunan kondisi fisik pada usia lanjut akan membawa ke kondisi yang rawan terhadap berbagai macam gangguan penyakit.

Penurunan kondisi fisik yang kemudian akan menghadirkan berbagai macam gangguan fungsional dan penyakit pada usia lanjut tidak hanya akan berpengaruh pada kondisi fisik namun juga akan berpengaruh pada kondisi psikisnya (Fahrissa, 2014).

Saat ini, di seluruh dunia jumlah lanjut usia diperkirakan ada 500 juta jiwa dengan usia rata-rata 60 tahun. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah

<http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>

hingga 2 miliar orang di tahun 2050. WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang, setengah jumlah lansia di dunia berada di Asia. Asia dan Indonesia dari tahun 2015 sudah memasuki era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduknya yang berusia 60 tahun ke atas (penduduk lansia) melebihi angka 7 persen (Friska, 2020).

Penduduk lanjut usia di Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia. Berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2015, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 8,5% dari total penduduk. Pada tahun 2016, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 8,7% dari total penduduk dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 11,8% dari total penduduk (Kemenkes RI, 2016). Kemensos (2020) menyatakan jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia lebih dari 10% dari populasi penduduk pada 2020. Saat ini, jumlah penduduk di Tanah Air mencapai 269,9 juta orang. Jumlah penduduk usia di atas 60 tahun mencapai 28,7 juta orang. Artinya, lebih dari 10,6% jumlah penduduk Indonesia merupakan lansia (Kemensos RI, 2020)..

Berdasarkan data BPS (2020) propinsi Aceh dengan persentase lansia muda usia 60-69 tahun 65,97%, lansia madya usia 70-79 tahun 26,54% dan lansia tua 80+ 7,49%. Kabupaten Bireuen dengan jumlah lansia berdasarkan umur 60-64 tahun berjumlah 13.169 jiwa, umur 65-69 tahun berjumlah 8.984 jiwa, umur 70-74 tahun berjumlah 5.787 jiwa dan umur 75+ berjumlah 6.472 jiwa.

Proses menua (*aging*) adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis

maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum maupun kesehatan jiwa secara khusus pada lansia. Masalah kesehatan jiwa lansia termasuk juga dalam masalah kesehatan yang dibahas pada pasien-pasien Geriatri dan Psikogeriatri yang merupakan bagian dari Gerontologi, yaitu ilmu yang mempelajari segala aspek dan masalah lansia, meliputi aspek fisiologis, psikologis, sosial, kultural, ekonomi dan lain-lain (Sudaryanto, 2018).

Penurunan kedua fungsi tersebut lansia mengakibatkan lansia mengalami perubahan aspek psikososial yang berkaitan dengan kepribadian lansia. Lansia secara psikososial yang di nyatakan krisis bila ketergantungan pada orang lain, mengisolasi diri atau menarik diri dari kegiatan kemasyarakatan karena berbagai sebab diantaranya setelah menjalani masa pensiun, setelah sakit cukup berat dan lama, setelah kematian pasangan hidup dan lain-lain (Febriyanti, 2017).

Perubahan psikososial pada lansia yang dapat terjadi berupaketika seseorang lansia mengalami pensiun(purna tugas), maka yang dirasakan adalah pendapatan berkurang (kehilangan finansial), kehilangan status (dulu mempunyai jabatan/ posisi yang cukup tinggi, lengkap dengan semua fasilitas), kehilangan relasi, kehilangan kegiatan, akibatnya timbul kesepian akibat pengasingan dari lingkungan sosial serta perubahan cara hidup. Kebanyakan di jaman sekarang ini banyak keluarga yang menganggap repot mengasuh atau merawat orang yang sudah lanjut usia, sehingga tidak jarang ada yang menitipkan orang tuanya di panti maupun ditinggal sendiri di rumah. Pilihan tinggal sendiri di rumah memiliki

<http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>

kelebihan dan kekurangan. Tinggal sendiri di rumah berarti memiliki kebebasan, kenyamanan batin, mandiri, dan memiliki harga diri tersendiri bagi lansia (Subekti, 2017).

Faktor psikososial lanjut usia (lansia) merupakan permasalahan yang sangat membebani kehidupannya, pada gilirannya berpengaruh terhadap gangguan fisik, sosial dan mentalnya. Dengan peningkatan usia harapan hidup tentunya mempunyai dampak lebih banyak terjadinya gangguan penyakit pada lansia dan masalah kualitas hidup lansia yang rendah (Carla, 2017).

Kualitas hidup yang baik akan membawa lansia tetap mampu hidup produktif dalam keterbatasannya. Sebaliknya, penurunan kualitas hidup justru membuat lansia menjadi manusia yang tidak produktif, bahkan tergantung pada bantuan pihak lain. Penurunan kualitas hidup antara lain disebabkan oleh gangguan tidur sebagai akibat proses penuaan. Maka penanganan gangguan tidur sesungguhnya merupakan upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Hal ini penting dilakukan mengingat populasi penduduk lansia terus bertambah (Sulidah, dkk, 2016).

Kualitas hidup yang rendah pada lanjut usia merupakan akibat dari berbagai penyakit yang berdampak pada menurunnya produktifitas lanjut usia, lanjut usia tidak dapat menjalankan aktivitas hidup sehari-hari secara normal baik dari segi fisik, kejiwaan atau mental, sosial maupun spiritual, menjadi beban untuk keluarga baik secara sosial maupun ekonomi, penurunan kapasitas mental, perubahan peran sosial, kepikunan, serta depresi pada lansia. Kualitas hidup lanjut usia dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, penyakit fisik, ekonomi,

spiritual, insomnia dan tingkat kemandirian (Faqih, 2017).

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. Pada umumnya lanjut usia mengalami keterbatasan, sehingga kualitas hidup pada lanjut usia mengalami penurunan (Hayulita, 2018).

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini belum tentu diikuti dengan kualitas hidup yang baik. Riset yang dilakukan *Global Age Watch* yang meneliti kualitas hidup populasi lansia di 96 negara. Indonesia berada di peringkat bawah indeks *Global Age Watch* yakni di peringkat 71. Indonesia juga berada pada peringkat yang rendah dalam domain kesehatan yaitu peringkat 70 (Melani, 2016).

Berdasarkan hasil survey awal di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen dengan wawancara 10 lansia diperoleh bahwa 6 lansia yang dijumpai mengalami masalah perubahan psikososial seperti merasa sedih, cemas dan tidak mampu mengingat tahun dan hari, dan tidak mampu berkomunikasi dengan lancar dan 5 diantaranya dengan kualitas hidup buruk dengan menanyakan tentang kesehatan fisik dan kegiatan sehari-hari lansia. Berdasarkan data di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Perubahan Psikososial

<http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>

Dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat *analitik* yaitu penelitian mencari hubungan antara suatu keadaan dengan keadaan lainnya. Mengingat pengukuran faktor bebas dan faktor terikat pada jenis penelitian ini dilakukan pada saat bersamaan maka disebut pendekatan *cross-sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penduduk lansia berusia 60-74 tahun di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen berjumlah 66 orang bulan Juli 2021. teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian

ini adalah total populasi yaitu seluruh populasi dijadikan sampel yang berjumlah 66 lansia. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data: pemeriksaan data (*editing*), pemberian kode (*coding*), pemrosesan data (*processing*), penyusunan data (*tabulating*). Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen diperoleh hasil sebagai berikut.

1. Perubahan Psikososial

No	Perubahan Psikososial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Terjadi	35	53
2.	Tidak Terjadi	31	47
	Jumlah	66	100

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa perubahan psikososial pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen sebagian besar pada kategori terjadi dengan frekuensi 35 orang (53%).

2. Kualitas Hidup

No	Kualitas Hidup	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Baik	18	27,3
2.	Sedang	26	39,4
3.	Buruk	22	33,3
	Jumlah	66	100

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa kualitas hidup pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen sebagian besar pada kategori sedang dengan frekuensi 26 orang (39,4%).

3. Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Kualitas Hidup

Perubahan Psikososial	Kualitas Hidup						Σ	p	α
	Baik		Sedang		Buruk				
	F	%	F	%	F	%			
Terjadi	6	9,1	10	15,2	19	28,8	35	0,001	0,05
Tidak Terjadi	12	18,2	16	24,2	3	4,5	31		
Jumlah	18	27,3	26	39,4	22	33,3	66		

Dari hasil uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 5% didapatkan nilai $p (0,001) < \alpha (0,05)$, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti ada hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Nilai yang digunakan yaitu *pearson chi square* dikarenakan tabel 2 x3.

Pembahasan

Dari hasil uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 5% didapatkan nilai $p (0,001) < \alpha (0,05)$, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti ada hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Nilai yang digunakan yaitu *pearson chi square* dikarenakan tabel 2 x3.

Penulis berasumsi bahwa masalah psikologis pada lansia berpengaruh pada kualitas hidup lansia, sehingga berdampak pada perasaan kesepian, keterasingan dari lingkungan, ketidakberdayaan, ketergantungan, kurangnya kepercayaan diri pada lansia dan keterlantaran yang nantinya lansia menjadi depresi. Hal ini dipengaruhi oleh status pekerjaan tidak bekerja dengan frekuensi 25 orang (37,9%), pendidikan SMA dengan frekuensi 32 orang (48,5%), tipe keluarga inti dengan frekuensi 41 orang (62,2%), pendapatan responden < UMR dengan frekuensi 44 orang (66,7%) dan status perkawinan kawin dengan frekuensi 50 orang (75,8%).

Pengaruh yang muncul dari perubahan yang dialami oleh lansia jika

tidak teratasi dengan baik, akan mempengaruhi kesehatan secara menyeluruh. Permasalahan fisik, psikologis, sosial dan lingkungan yang dialami oleh lansia sering dikaitkan dengan perubahan psikososial lansia (Yuliati, 2017).

Hal semula dikemukakan oleh Azizah (2011) yang menyatakan proses menua akan terjadi bersamaan dengan kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan, dan keterhambatan yang berdampak pada masalah psikososialnya. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayat (2011) menyatakan bahwa masalah psikososial yang dialami lansia disebabkan karena adanya rasa takut akan kematian, penyakit kronik yang dialami lansia, dan masalah sosial ekonomi karena lansia sudah tidak produktif.

KESIMPULAN

1. Perubahan psikososial pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen sebagian besar pada kategori terjadi.
2. Kualitas hidup pada lansia di Desa Cot Bada Barat Kecamatan

<http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>

- Peusangan Kabupaten Bireuen
sebagian besar pada kategori sedang.
3. Ada hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup pada lansia di
Desa Cot Bada Barat Kecamatan
Peusangan Kabupaten Bireuen

BIBLIOGRAPHY

- Basri. (2020). *Konsep Dasar Dokumentasi Keperawatan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Carla. (2017). *Pengaruh Faktor-Faktor Psikososial Dan Insomnia Terhadap Depresi Pada Lansia Di Kota Yogyakarta. Berita Kedokteran Masyarakat, Vol. 23, No. 1, Maret 2017*
- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ekasari., Fatma, M., Riasmini, N.M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*. Malang: Wineka Media.
- Fahrisa, Z.A. (2014). *Pengaruh Senam Lanjut Usia Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Usia Lanjut Di Posyandu Abadi IV Kartasura*. Naskah Publikasi.
- Faqih, A.A., Suratini., & Isnaeni, Y. (2017). *Hubungan Tingkat Kemandirian Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Padukuhan Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta*. Naskah Publikasi STIKes Asyiyah.
- Febriyanti. (2017). *Perbedaan Status Psikososial Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Desa Sarongsong II Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. e-Journal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017*
- Friska, B., Idayanti., & Magdalena. (2020). *The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Road. Jurnal Proteksi Kesehatan Vol.9, No.1, Mei 2020, pp. 1-8*
- Hayulita, S., Bahasa, A., & Sari, A.N. (2018). *Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia*. Afiyah. Vol. V No. 2 Bulan Juli Tahun 2018
- Indrayani, I., & Ronoatmodjo, S. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 9(1), 2018: 69 – 78*
- Jacob. (2017). *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Masyarakat Karubaga District Sub District Tolikara Propinsi Papua. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (Jnik) Volume 1*.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Republik Indonesia*.

- Khairani, dkk. (2018). *Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Kualitas Hidup Lansia. Idea Nursing Journal ISSN : 2087 – 2879*
- Kholifah. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Kemenkes.
- Latifa. (2019). *Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia*. Jurnal Psikologi Vol. 3, No. 1, April 2019: hlm 20-31
- Machfoedz, I. (2012). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Andi.
- Noorkasiani. (2018). *Kesehatan Usia Lanjut dgn Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Noviieastari. (2020). *Fundamentals of Nursing Vol 1- 9th Indonesian Edition*. Jakarta: Elsevier.
- Nursalam. (2018). *Konsep dan penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pristianto. (2018). *Terapi Latihan Dasar*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Rusman. (2020). *Covid-19 Dan Psikososial Masyarakat Di Masa Pandemi*. Jakarta: NEM.
- Safitri. (2018). *Hubungan Kondisi Kesehatan Psikososial Lansia Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Aktivitas Sehari-Hari Di Rumah*. Jurnal Keperawatan.
- Subekti. (2017). *Perubahan Psikososial Lanjut Usia Tinggal Sendiri Di Rumah*. Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia, Volume 3, No. 1, Mei 2017: 23-35
- Sudaryanto. (2018). *Masalah Psikososial Pada Lanjut Usia*. Berita Ilmu Keperawatan ISSN 1979-2697, Vol. I. NO. 1. Juni 2018 93-96 Juni 2018 93-96.
- Sulidah., Yamin, A., & Susanti, R.D. (2016). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Kualitas Tidur Lansia*. Volume 4 Nomor 1 April 2016
- Wasis. (2013). *Pedoman Riset Praktis*. Jakarta : EGC.