

## HUBUNGAN AKTIVITAS SOSIAL LANSIA TERHADAP KUALITAS HIDUP DI PESISIR RW 03 KELURAHAN KEDUNG COWEK SURABAYA

Dya Sustrami<sup>1</sup>, Baitsah Rahmah<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Dosen Pengajar Jurusan Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya

<sup>2</sup> Jurusan Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya

e-mail: [dyastaufan@gmail.com](mailto:dyastaufan@gmail.com)

### Abstrak

Proses penuaan mengakibatkan terjadinya perubahan secara fisik, sosial, psikologis yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas sosial lansia terhadap kualitas hidup di pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya. Penelitian ini merupakan studi analitik dengan desain *Cross Sectional*. Jumlah sampel adalah 32 responden yang diambil dengan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman*. Ada hubungan aktivitas sosial terhadap kualitas hidup sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Implikasi dari penelitian ini, diperlukan dukungan dari keluarga serta instansi terkait dalam pengembangan kegiatan lansia untuk meningkatkan kualitas hidupnya.

**Kata Kunci :** Aktivitas Sosial, Kualitas Hidup Lansia

### Abstract

*The process of aging resulted in physical, social, and psychological changes that can affect the quality of life of the elderly. This study aims to determine the relationship of social activities of the elderly to the quality of life in coastal RW 03 Kedung Cowek Surabaya Village. This research is an analytical study with Cross Sectional design. The number of samples is 32 respondents taken with simple random sampling. Data analysis using Spearman correlation test. There is a social activity relationship to the quality of life of 0,000 ( $p < 0.05$ ). The implication of this research, needed support from family and related institution in developing elderly activity to improve quality of life.*

**Keywords:** Social Activity, Quality of Elderly Life

### PENDAHULUAN

Menjadi tua merupakan fase kehidupan yang akan dialami oleh setiap manusia. Semakin panjang usia seseorang, tubuh akan kehilangan kemampuan fisik maupun psikologis secara perlahan-lahan dan terus menerus. Lansia adalah sebutan bagi mereka yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia Bab 1 Pasal 1, yang dimaksud dengan Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (UU RI, 1998). Pada lansia, terjadi perubahan-perubahan fisik dimana dari perubahan tersebut dapat berdampak

terhadap kesehatannya, sehingga mempengaruhi kualitas hidup lansia. *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada, terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan kekhawatiran. Kualitas hidup merupakan suatu konsep yang sangat luas yang dipengaruhi oleh kondisi fisik individu, keadaan psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, dan kondisi lingkungan (WHO, 2012). Aktivitas sosial merupakan salah satu dari aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh lansia yang menjadi dasar terbentuknya proses sosial.

Lansia yang sukses adalah lansia yang mempunyai aktivitas sosial di lingkungannya (Parahita, 2015).

Secara psikologis, lansia cenderung menjadi mudah lupa, emosi tidak stabil, serta mudah merasa bosan dan kesepian sebagai akibat dari berkurangnya interaksi dengan lingkungan sosial. Lansia yang berhenti bekerja, umumnya menderita *post power syndrome*, kehilangan kepercayaan diri karena berkurangnya peran dalam keluarga atau masyarakat (Susenas, 2015).

Berdasarkan data *World Population Ageing*, pada tahun 2015 jumlah lansia di dunia sebesar 901 juta jiwa. Rumah tangga lansia adalah yang minimal salah satu anggota rumah tangganya berumur 60 tahun ke atas. Di Indonesia, jumlah rumah tangga lansia sebanyak 16,08 juta rumah tangga atau 24,50 persen dari seluruh rumah tangga di Indonesia. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03 persen dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Jumlah lansia perempuan lebih besar daripada laki-laki, yaitu 10,77 juta lansia perempuan dibandingkan 9,47 juta lansia laki-laki. Adapun lansia yang tinggal di pedesaan sebanyak 10,87 juta jiwa, lebih banyak daripada lansia yang tinggal di perkotaan sebanyak 9,37 juta jiwa. Sedangkan untuk wilayah Jawa Timur merupakan provinsi tertinggi ke - 3 dengan jumlah penduduk lansia sebesar 10,96% (Susenas, 2015). Untuk wilayah Surabaya sebesar 190.386

jiwa (Dispenduk Surabaya, 2014). Jumlah seluruh lansia ( $\geq 55$  tahun) di pesisir pantai Kenjeran RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya sebanyak 85 orang.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 7 Januari 2017 menggunakan teknik wawancara dengan 10 lansia RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Kecamatan Bulak didapatkan bahwa 8 dari 10 lansia masuk kategori kualitas hidup kurang. Pada lansia dengan kualitas hidup kurang juga lebih banyak dijumpai dengan status kesehatan kurang, dengan aktivitas sosial kurang. Persepsi mengenai kualitas hidup, 8 lansia mengatakan tidak memiliki cukup uang untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, waktu untuk rekreasi juga kurang, kemampuan dalam bergaul dan kepuasan terhadap tidur biasa-biasa saja, aktif dalam kegiatan sosial kemasyarakatan juga kurang karena sibuk dengan pekerjaannya masing-masing terutama sebagai seorang nelayan. Dari kebiasaan bepergian, hanya sebesar 7,46 persen lansia yang pernah bepergian dalam tiga bulan terakhir. Tujuan utama bepergian adalah untuk mengunjungi teman atau keluarga (62,66 persen), berlibur (12,05 persen), dan acara keagamaan (10,93 persen) (Susenas, 2014).

Dengan bertambahnya usia, perubahan-perubahan pasti akan dialami oleh setiap individu diantaranya adalah perubahan fisik, mental, maupun sosial. Sikap dan perilaku setiap lansia dalam merespon

perubahan-perubahan tersebut pasti berbeda sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri untuk menghadapi datangnya hari tua.

Fenomena yang terjadi di RW 03, lingkungan rumah sangat padat penduduk, kondisi rumah lansianya juga tidak sehat dimana dalam kebutuhan air untuk MCK juga kurang dikarenakan air PDAM tidak sampai merata di seluruh rumah sehingga mereka membeli air isi ulang untuk MCK. Di sisi lain pada lansia di pesisir utamanya di Kelurahan Kedung Cowek dalam melakukan kegiatan sosial hanya sedikit yang diikuti seperti kegiatan keagamaan dan posyandu lansia. Kesadaran lansia pesisir untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang menunjang kesehatannya juga kurang. Hal itu dikarenakan pada lansia pesisir banyak yang masih bekerja dan bukan pensiunan, jadi kegiatan sehari-harinya ialah bekerja sebagai seorang nelayan sehingga untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di masyarakat tidak ada waktu. Jika mereka sering mengikuti kegiatan kemasyarakatan, waktu untuk bekerja berkurang maka tidak ada pemasukan dana untuk memenuhi kebutuhan setiap harinya.

Berdasarkan latar belakang diatas dan didukung dengan studi pendahuluan yang sudah dilakukan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan aktivitas sosial lansia pada kualitas hidup di pesisir RW 03 Kelurahan

Kedung Cowek Surabaya. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia di pesisir melalui pendidikan kesehatan mengenai bagaimana cara meningkatkan kualitas hidup, dimana didalamnya terdapat aktivitas sosial. Agar hasil dari pemberian pendidikan kesehatan yang sudah dilakukan peneliti dapat terus berlanjut sehingga kualitas hidup lansia di pesisir meningkat, diperlukan peran serta instansi Pemerintah Daerah Tingkat II (Kecamatan, Kelurahan) untuk memantau dan memberikan informasi kesehatan di daerah pesisir salah satunya melalui Kader Posyandu lansia di daerah tersebut.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain *observasional analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional* dan dilakukan di wilayah RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-April 2017. Jenis penelitian ini menekankan pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berusia 60-74 tahun di pesisir RW.03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya yang berjumlah 35 lansia dengan sampel sebanyak 32 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah lansia yang kooperatif dan bersedia menjadi responden. Dengan kriteria eksklusi lansia

dengan kondisi sakit parah yang memungkinkan untuk menjadi responden dan lansia yang memiliki gangguan kejiwaan.

Teknik sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*, yaitu mengambil seluruh anggota populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada untuk menjadi sampel dalam penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner aktivitas sosial yang dibuat sendiri oleh peneliti kemudian dilakukan uji validitas sehingga mendapatkan 10 butir pertanyaan dan WHOQOL-BREF yang diadopsi dari WHOQOL Group dengan total pertanyaan 26 butir. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman* untuk melihat apakah terdapat hubungan antara aktivitas sosial dan kualitas hidup. Hipotesa diterima jika nilai  $\rho \leq 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum

**Tabel 1:** Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017.

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
60	6	18.8
62	3	9.4
63	4	12.5
64	1	3.1
65	7	21.9
66	2	6.2
67	2	6.2
68	3	9.4
69	1	3.1
70	1	3.1
71	1	3.1
74	1	3.1
Total	32	100

**Tabel 2:** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017.

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Laki-laki	9	28.1
Perempuan	23	71.9
Total	32	100

**Tabel 3** Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017.

Pendidikan Terakhir	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tidak Sekolah	11	34.4
SD	20	62.5
SMA	1	3.1
Total	32	100

**Tabel 4** Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017.

Status Pernikahan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Kawin	18	56.2
Duda	3	9.4
Janda	11	34.4
Total	32	100

### Data Khusus

**Tabel 5** Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Sosial Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017 (n=32)

Aktivitas Sosial	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Buruk	21	65.6
Baik	11	34.4
Total	32	100

Berdasarkan data diatas, memperlihatkan bahwa lansia dengan aktivitas sosial buruk sebanyak 21 orang (65,6%), baik sebanyak 11 orang (34,4%).

**Tabel 6** Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Hidup Lansia di RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017 (n=32)

Kualitas Hidup	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
----------------	---------------	----------------

Kurang	18	56.2
Baik	14	43.8
Total	32	100

Berdasarkan data diatas, memperlihatkan bahwa lansia dengan kualitas hidupnya kurang sebanyak 18 orang (56,2%), baik sebanyak 14 orang (43,8%).

**Tabel 7** Hubungan Antara Aktivitas Sosial Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Pesisir RW.03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya Maret-April 2017 (n=32)

Akt Sosial	Kualitas Hidup Lansia					
	Kurang		Baik		Total	
	F	%	F	%	N	%
Buruk	17	81.0	4	19.0	21	100
Baik	1	9.1	10	90.9	11	100
Total	18	56.2	14	43.8	32	100

**Nilai uji statistik Spearman's rho 0,000 ( $\rho = 0,05$ )**

Berdasarkan data di atas didapatkan dari 32 responden, sebanyak 17 orang (81.0%) aktivitas sosial buruk dengan kualitas hidup kurang, sebanyak 4 orang (19.0%) aktivitas sosial buruk dengan kualitas hidup baik, sebanyak 1 orang (9.1%) aktivitas sosial baik dengan kualitas hidup kurang, sebanyak 10 orang (90.9%) aktivitas sosial baik dengan kualitas hidup baik.

**PEMBAHASAN**

Hasil uji statistik *Spearman* dengan menggunakan program computer SPSS 16 menunjukkan nilai  $\rho=0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p < 0.05$  yang menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas sosial lansia terhadap kualitas hidup di daerah pesisir RW 03 Kelurahan

Kedung Cowek Surabaya. Dengan ini membuktikan bahwa semakin aktif lansia dalam melakukan aktivitas sosial maka semakin baik kualitas hidupnya.

Aktivitas sosial merupakan salah satu dari aktivitas sehari – hari yang dilakukan oleh lansia. Lansia yang sukses adalah lansia yang mempunyai aktivitas sosial di lingkungannya (Parahita, 2015). Aktivitas sosial sangat penting di masa usia lanjut. Setelah hilangnya berbagai peran, seperti peran sebagai orang tua karena anak - anaknya sudah menikah, peran sebagai pekerja karena pensiun, maka orang lanjut usia sangat membutuhkan kegiatan untuk mengisi waktu luangnya. Aktivitas sosial selain dapat berfungsi sebagai aktivitas hiburan, juga dapat meningkatkan kebermaknaan hidup karena masih bermanfaat untuk orang lain, mempunyai banyak teman, dan meningkatkan religiusitasnya apabila aktivitas tersebut bersifat sosial keagamaan (Indriana, 2012).

Sebuah studi menemukan bahwa dengan menjadi bagian dari jaringan sosial, hal ini akan berdampak pada lamanya masa hidup (Azizah, 2011). Dalam teori *activity* diambil sebagai patokan bahwa “berguna” dan “bekerja” merupakan faktor yang paling mendukung berlangsungnya usia tua secara sehat (Sadli, 2010). Seorang lansia yang dapat berinteraksi sosial dengan tetangga dan masyarakat sekitar dan melakukan aktivitas sosial dengan

mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di daerah lanjut usia berada, hal tersebut akan mempengaruhi kondisi kesehatan baik dari segi fisik maupun psikologis lansia dan akan berdampak pada peningkatan kualitas hidup lansia tersebut (Parahita, 2015).

Dari hasil wawancara dan hasil kuesioner, lansia mengatakan bahwa mereka kurang minat untuk melakukan aktivitas sosial. Padahal, di kelurahan kedung cowek sering diadakan kegiatan sebagai penunjang kesejahteraan lansia kedung cowek diantaranya kegiatan penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan gratis, kegiatan senam lansia, namun lansia kedung cowek mayoritas tidak memanfaatkan kegiatan tersebut. Mereka memilih untuk tidak menghadiri kegiatan tersebut, dan memilih bekerja sebagai seorang nelayan. Meskipun sudah memasuki usia lansia, tetapi mereka masih banyak yang bekerja, mayoritas bekerja sebagai seorang nelayan karena daerah mereka masuk wilayah pesisir. Mereka mengatakan, jika mereka aktif dalam kegiatan sosial maka pekerjaan mereka akan terbengkalai dan mereka tidak mendapatkan penghasilan sehingga kebutuhan sehari-hari tidak terpenuhi.

Dari penelitian yang dilakukan peneliti, terdapat hubungan aktivitas sosial lansia terhadap kualitas hidup di pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya. Dengan aktivitas sosial baik pada lansia kualitas hidupnya akan baik, karena lansia sering mengikuti kegiatan sosial dan

berpartisipasi dalam kegiatan kemasyarakatan sehingga interaksi yang dilakukan lansia tidak hanya terbatas dalam lingkup keluarga dan pekerjaan saja. Dari situlah lansia bisa saling berbagi, saling bertukar pikiran yang akan membuat hidupnya jauh lebih bermanfaat untuk orang disekitarnya, berdampak pula terhadap kualitas hidupnya.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan hasil pengujian pada pembahasan yang dilaksanakan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Aktivitas Sosial Lansia di Pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya rata-rata aktivitas sosialnya buruk.
2. Kualitas Hidup Lansia di Pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya rata-rata kualitas hidupnya kurang.
3. Ada Hubungan Aktivitas Sosial Lansia Terhadap Kualitas Hidup di Pesisir RW 03 Kelurahan Kedung Cowek Surabaya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Azizah, L. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Surabaya, D. K. (2014). *Peraturan Walikota Tentang Rencana Kerja Pembangunan Daerah (RKPD) Kota Surabaya Tahun 2014*. Surabaya: Dpenduk Kota Surabaya. Diakses pada tanggal 5 Januari 2017 jam 08.00 WIB.

Indriana, Y. (2012). *Gerontologi & Progeria*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Parahita, N. (2015). Hubungan Aktivitas Sosial, Interaksi Sosial, dan Fungsi Keluarga dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara Kota Denpasar. 27-28. Diakses pada tanggal 30 Januari 2016 jam 12.00 WIB.

Sadli, S. (2010). *Pemikiran tentang Kajian Perempuan*. Jakarta: Kompas.

Susenas. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*. Jakarta: Badan Pusat Statistik. Diakses pada tanggal 5 Januari 2017 jam 09.00 WIB.

WHO. (2012). *Programme On Mental Health*. Switzerland: Division Of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. Diakses pada tanggal 10 Februari 2017 jam 10.00 WIB.