

# Interaksi sosial berhubungan dengan kualitas hidup Lansia di RW 16 Desa Tamansari, Kota Bandung: Studi cross-sectional

Erlina Fazriana  
Nur Soviah Arsyah  
Oktarian Pratama

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada

## Pendahuluan

Kualitas hidup Lansia merupakan salah satu aspek kesehatan yang memerlukan perhatian, dan terutama masalah kesehatan di masyarakat yang mengalami penuaan yang cepat (1). Interaksi sosial telah diakui sebagai penentu mendasar QoL, memengaruhi berbagai aspek kesejahteraan seperti kesehatan fisik, keadaan emosional, dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini mengkaji hubungan antara interaksi sosial dengan kualitas hidup (QoL) Lansia di RW 16, Desa Tamansari, Kota Bandung.

## Metode

Sejumlah 60 responden dipilih dari keseluruhan populasi 147 orang lanjut usia. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner WHOQOL-OLD dan Interaksi Sosial dan dianalisis menggunakan korelasi Spearman Rho.

## Hasil

Korelasi positif yang signifikan antara interaksi sosial dan QoL ( $p = 0,001$ ,  $r = 0,767$ ), menunjukkan bahwa tingkat interaksi sosial yang lebih tinggi dikaitkan dengan QoL yang lebih tinggi. Mayoritas responden (71,7%) memiliki tingkat interaksi sosial sedang, sementara 85% melaporkan QoL tinggi.

## Kesimpulan dan Saran

Studi ini menekankan pentingnya keterlibatan sosial di antara para Lansia untuk meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Intervensi berbasis komunitas, seperti kegiatan sosial, program literasi kesehatan, dan inisiatif perawatan diri, dapat secara efektif mempromosikan interaksi sosial. Selain itu, membangun sistem evaluasi penuaan yang sehat dengan berbagai dimensi, termasuk kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, dan hubungan sosial, dapat membantu menyesuaikan intervensi dengan area tertentu yang memengaruhi QoL. Mendorong partisipasi sosial melalui latihan kelompok, kegiatan sosial yang terorganisir, dan interaksi dengan teman dapat lebih meningkatkan kesejahteraan Lansia. Memperkuat jejaring sosial untuk memerangi kesepian, mempromosikan aktivitas sehari-hari untuk keterlibatan sosial secara teratur, dan membentuk jaringan dukungan dengan teman sebaya dan anggota keluarga juga dianjurkan. Memanfaatkan pendekatan inovatif, seperti instruksi tari sosial dan solusi berbasis teknologi, dapat menyediakan sistem yang dipersonalisasi dan interaktif untuk mendukung keterlibatan dan kesejahteraan Lansia. Temuan ini menyoroti peran penting interaksi sosial dalam meningkatkan QoL di kalangan Lansia, menginformasikan inisiatif kesehatan masyarakat dan penelitian di masa depan.

## Pendahuluan

Kualitas hidup Lansia (*elderly Quality of Life/QoL*) merupakan salah satu aspek kesehatan lanjut usia yang memerlukan perhatian. Kualitas hidup lansia menjadi salah satu aspek yang dapat dipertahankan dan ditingkatkan disamping kesehatan fisik yang dapat menurun secara cepat (1). Interaksi sosial adalah salah satu penentu tercapainya QoL, dan memengaruhi berbagai aspek kesejahteraan seperti kesehatan fisik, keadaan emosional, dan kesejahteraan psikologis (2). Berdasarkan penelitian yang menunjukkan bahwa hubungan sosial berperan penting dalam membentuk kesehatan jangka pendek dan jangka panjang, baik secara positif maupun negatif, dengan efek yang dapat bermanifestasi sepanjang kehidupan manusia (2). Sehingga upaya kesehatan masyarakat menekankan untuk menjaga kualitas hidup Lansia agar dapat dioptimalkan dalam kegiatan sehari-hari (3).

Pengkajian terhadap hubungan antara interaksi sosial dan QoL Lansia memerlukan dukungan sosial dari lingkungan sekitar yang terutama keluarga dan teman sebaya. Dukungan tersebut sangat besar pengaruhnya terhadap QoL dan terutama di masa-masa pandemi COVID-19 (4). Dukungan keluarga dan akses layanan kesehatan berperan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis Lansia (4). Selain itu, pembatasan yang diberlakukan selama pandemi telah menyoroti pentingnya interaksi sosial bagi Lansia, karena keterbatasan mobilitas dan keterlibatan sosial telah dikaitkan dengan penurunan QoL (5).

Selain itu, penggunaan teknologi informasi seperti pengalaman imersif melalui teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dan realitas virtual (VR), telah diidentifikasi sebagai alat potensial untuk mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan Lansia (6). Teknologi imersif dapat menawarkan cara-cara baru untuk melibatkan orang tua dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Selain itu, Internet telah menjadi faktor penting dalam kehidupan orang tua, memengaruhi gaya hidup dan kesejahteraan subjektif mereka (7). Memahami efek mediasi Internet pada modal sosial dan dampaknya terhadap kesejahteraan Lansia sangat penting dalam menilai QoL mereka (7).

Keterhubungan lingkungan sosial juga merupakan faktor kunci dalam meningkatkan kesejahteraan individu lanjut usia, terutama mereka yang berada di panti jompo (8). Interaksi yang membangun antara pengelola dan penghuni Lansia dapat berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan sosial dan QoL (8). Selain itu, interaksi yang lebih luas antara Lansia memengaruhi kepuasan dan kesejahteraan sosial yang menekankan pentingnya kontak positif dalam menumbuhkan kepercayaan diri, cinta, dan pengertian diantara Lansia (9).

Dalam konteks lingkungan lokasi perkotaan dan pedesaan, aksesibilitas layanan perawatan Lansia dan tingkat dukungan sosial yang tersedia dapat berdampak signifikan pada QoL Lansia (10). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menjelaskan tentang kesejahteraan Lansia yaitu mencakup kondisi fisik, status psikologis, hubungan sosial, dan kepuasan lingkungan hidup, dan menekankan pada sifat multifaset atas faktor-faktor yang mempengaruhi QoL Lansia. Selain itu, pengaruh layanan masyarakat terhadap kesejahteraan subjektif Lansia menyoroti pentingnya pendekatan holistik pada perawatan Lansia yang melibatkan (11).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari interaksi sosial Lansia terhadap kualitas hidup Lansia di RW 16 Desa Tamansari, Kota Bandung.

## Metode

Penelitian ini merupakan kajian kuantitatif dengan desain *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara interaksi sosial (variabel independen) dan kualitas hidup (variabel dependen).

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Juni 2023. Populasi penelitian terdiri dari 147 Lansia yang berdomisili di RW 16, Desa Tamansari, Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari, Kota Bandung. Sampel sejumlah 60 responden lanjut usia dipilih menggunakan metode *stratified random sampling*.

## Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan 1) kuesioner WHOQOL-OLD: Instrumen ini, yang dikembangkan oleh WHO, mengukur kualitas hidup khusus untuk orang dewasa yang lebih tua di enam aspek: kemampuan sensorik, otonomi, aktivitas masa lalu, sekarang, dan masa depan, partisipasi sosial, kematian dan kematian, dan keintiman. 2) kuesioner interaksi sosial: Instrumen ini menilai frekuensi dan kualitas interaksi sosial di antara Lansia, termasuk interaksi dengan keluarga, teman, dan partisipasi masyarakat.

Data dikumpulkan melalui tatap muka yang dilakukan oleh pengumpul data terlatih yang mengunjungi puskesmas. Sebelum pengumpulan data, peneliti menjelaskan aspek etika penelitian kepada responden dan peserta menandatangani *informed consent*.

## Analisis Statistik

Data dianalisis menggunakan aplikasi SPSS. Metode analisis statistik deskriptif untuk mengetahui karakteristik demografis responden. Uji korelasi Spearman-Rho digunakan untuk menilai hubungan antara interaksi sosial dan QoL, dengan tingkat signifikan ditetapkan pada  $p < 0,005$ . Kekuatan dan arah korelasi ditafsirkan menggunakan nilai  $r$  yang diperoleh dari analisis korelasi.

## Hasil

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Interaksi Sosial		
Rendah	10	16.7%
Sedang	43	71.7%
Tinggi	7	11.6%
Kualitas Hidup		
Rendah	0	0
Sedang	9	15.0%
Tinggi	51	85.0%

**Table 1.** Frekuensi Hasil pada Interaksi Sosial dan Frekuensi Kualitas Hidup

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 1, interaksi sosial antar Lansia di RW 16 Desa Tamansari, frekuensinya berada pada kategori medium, 43 responden (71,7%). Sementara itu, kualitas hidup Lansia berada dalam kategori tinggi sebanyak 51 responden (85%).

Kualitas hidup	Interaksi Sosial						Seluruh		Tabel R	Nilai P
	Rendah		Sedang		Tinggi		f	%		
	f	%	f	%	f	%				
Sedang	9	100%	0	0%	0	0%	9	100%	0.767	0.001
Tinggi	1	2%	43	84.3%	7	13.7%	51	100%		
Total	10	16.7%	43	71.7%	7	11.6%	60	100%		

**Table 2.** Uji Statistik Interaksi Sosial dan kualitas Hidup

Hasil uji korelasi Spearman Rho menunjukkan nilai  $p$  0,001 dan koefisien korelasi ( $r$ ) 0,767,

menunjukkan korelasi positif yang sangat kuat antara interaksi sosial dan QoL Lansia.

## **Pembahasan**

Penelitian yang dilakukan di RW 16, Desa Tamansari dengan hasil korelasi positif yang signifikan antara interaksi sosial dan kualitas hidup (QoL) Lansia. Mayoritas responden (71.7%) dengan tingkat interaksi sosial sedang, sementara 85% memiliki kualitas hidup yang tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan keterlibatan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan Lansia (12). Untuk lebih meningkatkan interaksi sosial di antara Lansia, beberapa dimensi dapat diimplementasikan berdasarkan temuan penelitian ini dan literatur yang relevan. Intervensi berbasis komunitas dengan komponen yang beragam dan partisipatif dapat menjadi strategi yang efektif untuk mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan Lansia. Intervensi tersebut dapat mencakup kegiatan sosial, program peningkatan pengetahuan kesehatan, dan inisiatif perawatan diri yang bertujuan untuk meningkatkan modal sosial dan kualitas hidup (13).

Membangun sistem evaluasi penuaan yang sehat dengan berbagai dimensi, termasuk kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, dan hubungan sosial, dapat membantu menilai hubungan antara penuaan yang sehat dan kepuasan hidup Lansia. Dengan berfokus pada dimensi-dimensi ini, intervensi dapat disesuaikan untuk mengatasi bidang-bidang tertentu yang berdampak pada kualitas hidup Lansia (14). Mendorong partisipasi sosial melalui latihan kelompok, kegiatan sosial yang terorganisir, dan interaksi dengan teman dapat memediasi efek status sosial ekonomi pada kesehatan fisik dan mental Lansia. Dengan mempromosikan keterlibatan sosial, intervensi dapat meningkatkan kesejahteraan individu lanjut usia secara keseluruhan (15).

Memperkuat jejaring sosial di kalangan Lansia dapat membantu memerangi kesepian dan meningkatkan kepercayaan diri. Dengan membina interaksi dan hubungan sosial yang positif, intervensi dapat berkontribusi untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis Lansia (16). Meningkatkan aktivitas sehari-hari bagi Lansia untuk berkumpul dan berinteraksi satu sama lain dapat meningkatkan tingkat interaksi sosial. Dengan memfasilitasi peluang untuk keterlibatan sosial secara teratur, intervensi dapat menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi sosial di antara para Lansia (17). Membentuk jaringan dukungan dengan teman sebaya dan anggota keluarga dapat mempromosikan perilaku kesehatan yang diinginkan dan meningkatkan aktivitas fisik dan pola makan di kalangan orang tua. Intervensi yang berfokus pada membangun sistem pendukung interpersonal yang kuat dapat berdampak positif pada kesejahteraan individu lanjut usia (18). Memanfaatkan pendekatan inovatif seperti instruksi tari sosial, prototipe pelatihan cerdas, dan solusi berbasis teknologi dapat meningkatkan interaksi sosial dan dukungan bagi Lansia. Pendekatan ini menawarkan sistem yang dipersonalisasi dan interaktif yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap individu lanjut usia, mempromosikan keterlibatan dan kesejahteraan (19,20).

Selain itu, penelitian ini menggarisbawahi dampak psikologis dari gangguan sensorik dan ketakutan akan kematian pada individu lanjut usia, menekankan pentingnya mengatasi faktor-faktor ini dalam intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Hasil ini sejalan dengan literatur yang ada yang menekankan efek positif dari konektivitas sosial dalam mengurangi konsekuensi buruk dari penuaan (21). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa pentingnya hubungan sosial dalam mempromosikan kesehatan yang dirasakan positif di antara individu yang lebih tua. Jaringan persahabatan, dukungan emosional dan informasi, dan keterlibatan sosial telah diidentifikasi sebagai faktor yang berhubungan positif dengan kesehatan yang dirasakan dengan baik (22). Selain itu, hubungan antara partisipasi sosial dan depresi yang dirasakan di antara populasi Lansia menggarisbawahi pentingnya inklusi sosial dalam menjaga kesehatan mental (23).

## **Kesimpulan dan Saran**

Studi ini memberikan bukti kuat tentang dampak positif interaksi sosial pada QoL Lansia. Mengingat korelasi kuat yang diidentifikasi, inisiatif kesehatan masyarakat harus memprioritaskan kegiatan keterlibatan sosial untuk meningkatkan kesejahteraan populasi Lansia. Penelitian di masa depan harus mengeksplorasi data longitudinal untuk lebih memahami hubungan kausal dan efek jangka panjang dari interaksi sosial pada QoL.

## Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih atas dukungan Puskesmas Tamansari dan tokoh masyarakat RW 16 Desa Tamansari atas kerja sama mereka dalam penelitian ini.

## Sumber Pustaka

1. Zin PE, Saw YM, Saw TN, Cho SM, Hlaing SS, Nu Noe MT, et al. Assessment of Quality of Life Among Elderly in Urban and Peri-Urban Areas, Yangon Region, Myanmar. *Plos One*. 2020;
2. Umberson D, Montez JK. Social Relationships and Health: A Flashpoint for Health Policy. *Journal of Health and Social Behavior*. 2010;
3. Suastika E, Jaya Lesmana CB, Putri Ariani NK, Sri Diniari NK, Alit Aryani LN, Kusuma Wardani IA. Relationship of the Quality of Life and Depression in the Elderly. *Journal of Clinical and Cultural Psychiatry*. 2020;
4. Wiliyanarti PF. Social Support From Family and Peers in Elderly as Effort in Improving the Psychological Well-Being During Covid-19 Pandemicat Surabaya. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*. 2021;
5. Iram, Raheja G. Understanding the Quality of Life of Indian Elderly During COVID-19 Pandemic From Universal Design Perspective. 2022;
6. Lee MK, Park SJ. Immersive Experience Model of the Elderly Welfare Centers Supporting Successful Aging. *Frontiers in Psychology*. 2020;
7. Yang Y, Zhang D, Yang F. Internet Use and Subjective Well-Being of the Elderly: An Analysis of the Mediating Effect Based on Social Capital. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022;
8. Feng K, Altınay L, Alrawadieh Z. Social Connectedness and Well-Being of Elderly Customers: Do Employee-to-Customer Interactions Matter? *Journal of Hospitality Marketing & Management*. 2022;
9. Altınay L, Song H, Madanoglu M, Wang XL. The Influence of Customer-to-Customer Interactions on Elderly Consumers' Satisfaction and Social Well-Being. *International Journal of Hospitality Management*. 2019;
10. Di X. Urban-Rural Difference of the Impact of the Accessibility of Community Elderly Care Services on the Quality of Life of the Elderly From the Perspective of Social Support. 2024;
11. Pan H, Sun Z, Wang J, Liu T. Research on the Relationship Between Community Service and the Subjective Well-Being of the Elderly. 2022;
12. Greaves C, Farbus L. Effects of Creative and Social Activity on the Health and Well-Being of Socially Isolated Older People: Outcomes From a Multi-Method Observational Study. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*. 2006;

13. Motamedi N, Taherian Z. Effect of a 12-Week Community-Based Intervention to Improve Social Capital, Quality of Life, Self-Care, and Health Literacy Among Older People: A Quasi-Experimental Trial. *Advanced Biomedical Research*. 2022;
14. Hua T, Chen J. Study on Life Satisfaction of the Elderly Based on Healthy Aging. *Journal of Healthcare Engineering*. 2022;
15. Zhang Y, Su D, Chen Y, Tan M, Chen X. Effect of Socioeconomic Status on the Physical and Mental Health of the Elderly: The Mediating Effect of Social Participation. *BMC Public Health*. 2022;
16. Bahramnezhad F, Chalik R, Bastani F, Taherpour M, Navab E. The Social Network Among the Elderly and Its Relationship With Quality of Life. *Electronic Physician*. 2017;
17. Andesty D, Syahrul F. Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Unit Pelayanan Terpadu (Uptd) Griya Werdha Kota Surabaya Tahun 2017. *The Indonesian Journal of Public Health*. 2019;
18. Moon H, Cha S, Park EY. Perceived Barriers to Rural Elderly Women's Health-Promoting Behaviors: An Ecological Perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;
19. Haiting M. Examine the Advantages of Social Dance Instruction in Elder People for Both Mental and Physical Health, as Well as Its Function in Fostering General Well-Being. *International Journal of Religion*. 2024;
20. Martinho D, Crista V, Carneiro J, Corchado JM, Marreiros G. An Intelligent Coaching Prototype for Elderly Care. *Electronics*. 2022;
21. Park NS. The Relationship of Social Engagement to Psychological Well-Being of Older Adults in Assisted Living Facilities. *Journal of Applied Gerontology*. 2009;
22. Thanakwang K. Social Relationships Influencing Positive Perceived Health Among Thai Older Persons: A Secondary Data Analysis Using the National Elderly Survey. *Nursing and Health Sciences*. 2009;
23. Hao G, Bishwajit G, Tang S, Nie C, Ji L, Huang R. Social Participation and Perceived Depression Among Elderly Population in South Africa. *Clinical Interventions in Aging*. 2017;

## **Catatan**

### Catatan Penerbit

Penerbit PT Karya Inovasi Berkelanjutan menyatakan tetap netral sehubungan dengan buah pikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun.

### Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dengan pihak manapun.



Editor

Ainul Rafiq, S.Kep. (Ikatan Ilmuwan Indonesia Internasional).

Artikel yang diterbitkan mendapatkan lisensi [Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](#), sehingga siapapun dan di manapun memiliki kesempatan yang sama untuk menggali khazanah ilmu pengetahuan dan meningkatkan kesempatan terhadap diskusi ilmiah.