

## Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Kualitas Hidup Lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh

Iskandar<sup>1\*</sup>, Lensoni<sup>1</sup>, Markas Satria<sup>1</sup>, Dedi Saputra<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23372, Indonesia

\*Email : iskandar\_unaya@yahoo.com<sup>1</sup>, soni@abulyatma.ac.id<sup>2</sup>

**Abstract:** *The results of observations that researchers do exist 6 elderly people in Gampong Mulia, in can be the three seniors who rarely leave the house because of the physical state of decline and sickly so rarely attend social activities in the village, rarely follow the teachings and rarely get together with his friends. This study aims to determine the relationship between changes in psychosocial and quality of life of the elderly in the GampongMulia district of KutaAlam Banda Aceh Year 2017. This study is a cross sectional analytic approach, this study was conducted on 15 s / d January 19, 2017. The population in this study is the overall elderly aged 60 years and older who were in the GampongMulia district of KutaAlam Banda Aceh using slovin numbered 52 people. All data were analyzed using chi-square test. The result showed that there is a relationship change in psychosocial quality of life of the elderly ( $p = 0.000$ ), there is a relationship retired with the quality of life of the elderly ( $p = 0.041$ ), there is a relationship to feel anxious about the death of the quality of life of the elderly ( $p = 0.009$ ), there is a relationship of disease chronic inability of the quality of life of the elderly ( $p = 0.023$ ) Hope this research can be input for community members (especially family and cadres) in enhancing the role of maintaining the health of the elderly so as to improve the quality of life of the elderly to be better again.*

**Keywords:** *psychosocial changes, retired, anxiety, chronic disease, quality of life*

**Abstrak:** Hasil observasi yang peneliti lakukan ada 6 orang lansia di Gampong Mulia, di dapat kan 3 lansia yang jarang keluar rumah karena keadaan fisik yang menurun dan sakit-sakitan sehingga jarang mengikuti kegiatan sosial di kampungnya, jarang mengikuti pengajian dan jarang berkumpul dengan teman-temannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perubahan psikososial dengan kualitas hidup lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2017. Penelitian ini bersifat analitik melalui pendekatan cross sectional, penelitian ini dilaksanakan tanggal 15 s/d 19 Januari 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan lansia yang berusia 60 tahun keatas yang berada di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh menggunakan slovin berjumlah 52 orang. Data di analisa menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup lansia ( $p=0,000$ ), ada hubungan pensiunan dengan kualitas hidup lansia( $p=0,041$ ), ada hubungan merasa cemas akan kematian dengan kualitas hidup lansia( $p=0,009$ ), ada hubungan penyakit kronik dan ketidakmampuan dengan kualitas hidup lansia( $p=0,023$ ). Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan bagi anggota masyarakat (khususnya keluarga dan kader) dalam meningkatkan perannya menjaga kesehatan lansia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia menjadi lebih baik lagi.

**Kata Kunci:** *perubahan psikososial, pensiunan, cemas, penyakit kronik, kualitas hidup*

Lansia merupakan kelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan yang bertahap dalam jangka waktu beberapa dekade.

Usia lanjut tergantung dari konteks kebutuhan yang tidak dipisah-pisahkan. Konteks kebutuhan tersebut dihubungkan secara biologis, psikologi,

sosial dan ekonomi.<sup>1</sup>

Berdasarkan jumlah data BPS menunjukkan bahwa jumlah lansia terus meningkat dari 5,3 jiwa. Meningkat menjadi 14,4 juta (2000) dan diperkirakan pada tahun 2020 mencapai 28,6 juta jiwa. Pertambahan penduduk lansia ini mungkin disebabkan oleh semakin membaiknya pelayanan kesehatan dan meningkatnya usia harapan hidup orang Indonesia. Lansia pedesaan perlu mendapatkan perhatian karena diperkirakan 60% lansia tinggal dipedesaan. Lansia dipedesaan sangat minim aksesnya terhadap fasilitas pelayanan kesehatan dan perilaku hidup sehat.

Provinsi Aceh merupakan salah satu provinsi dgn jumlah lansia yang banyak dengan jumlah 873.370 sedangkan untuk kabupaten/kota, jumlah lansia merupakan salah satu daerah yang terbanyak jumlah lansia dengan jumlah 36.427 namun peringkat tertinggi jumlah lansia yaitu di kabupaten Aceh Utara dengan jumlah lansia 101.428 orang, Sedangkan jumlah lansia yang terendah adalah di kota Sabang dengan jumlah lansia 6.664 yang memiliki lansia umur 60 tahun terdiri dari laki-laki 3.283 dan perempuan 3.381, sementara itu Banda Aceh menempati urutan ke 3 dengan jumlah lansia 5631 lansia. (BPS Kota Banda Aceh, 2014).

Perubahan psikososial diartikan bahwa perubahan aspek psikologis disatu sisi dan aspek sosial di sisi lain mempunyai kaitan yang sangat erat dan berinteraksi satu sama lain. Oleh sebab itu, perubahan psikososial mempunyai pengaruh timbal balik dan berpotensi menimbulkan stress psikososial kalau tidak diatasi. Khusus pada masa lansia, bukan saja aspek psikososial mempengaruhi

lansia, akan tetapi aspek biologis juga sangat mempengaruhi derajat kesehatan usia lanjut.<sup>2</sup>

Perubahan-perubahan psikososial pada lansia diantara lain, yaitu : pensiun, merasakan cemas akan kematian, penyakit kronis dan ketidakmampuan, gangguan saraf panca indera, kehilangan hubungan dengan teman-teman atau keluarga, hilangnya kekuatan fisik. Umur seorang klien menunjukkan tanda kemauan dan kemampuan, ataupun bagaimana klien bereaksi terhadap lingkungannya sekitar, saat kemauan untuk bersosialisasi bersama tentangga, seseorang secara perlahan-lahan akan berubah dari ingin mengingat kembali masa-masa berkumpulnya dengan rekan sejawat.<sup>3</sup>

Selain itu lansia mengalami perubahan-perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang dahulu disebut sebagai tahun emas atau pensiun, penyakit dan ketidakmampuan fisik, kematian pasangan, saudara kandung, teman lama, dan kenalan-kenalan, atau kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun. Pensiun, baik sukarela maupun terpaksa, mungkin melemahkan perasaan bermakna dalam hidup dan menyebabkan hilangnya identitas peran. Kematian keluarga dan teman-teman menimbulkan duka cita dan mengingatkan lansia akan usia mereka yang semakin bertambah serta semakin berkurangnya ketersediaan dukungan sosial.

Menurut World Health Organization (2011) kualitas hidup diartikan sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan nilai yang ada yang terkait dengan tujuan, harapan, standar dan juga perhatian.

Kualitas hidup dalam hal ini merupakan suatu konsep yang sangat luas yang dipengaruhi oleh kondisi fisik individu, psikologis, tingkat kemandirian serta hubungan individu dengan lingkungan. Dimensi kualitas hidup tidak hanya dimensi fisik aja, namun mencakup kinerja dalam memainkan peran sosial, keadaan emosional, fungsi-fungsi intelektual dan kognitif serta perasaan sehat dan kepuasan hidup.

Berdasarkan hasil penelitian Desrina (2010) tentang “Gambaran Kualitas Hidup Lansia (*Whoqol Bref Theory*) Di Desa Peunyerat Kecamatan Banda Raya Kota Banda Aceh Tahun 2010” bahwa hasil analisa data dari jawaban responden penelitian yaitu hasil identifikasi kualitas hidup lansia di Desa Peunyerat secara umum berada pada kategori baik sebanyak 30 orang responden (54,55%) dan 25 responden lainnya (45,55%) berada pada kategori kurang. Menurut pengakuan dari responden, keadaan hidup yang dialami oleh para lansia secara umum sudah mampu diterima secara ikhlas.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bersifat *deskriptif korelatif* yang mempunyai tujuan untuk memperoleh hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2017, dengan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Pendekatan tersebut menekankan pada waktu pengukuran data variabel independen dan dependen harus dinilai secara simultan pada satu saat, jadi tidak ada *follow up*. Kedua variabel tersebut dinilai hanya satu kali <sup>4</sup>

Populasi dalam penelitian ini adalah

keseluruhan lansia yang berusia 60 tahun keatas yang berada di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2017. Untuk menentukan besarnya sampel dapat digunakan rumus sebagaiberikut

Keterangan

- n = Jumlahsampel
- N = Jumlahpopulasi
- d = Tingkat kepercayaan yang diinginkan oleh peneliti (10%)

Berdasarkan data yang diperoleh sebelumnya dengan menggunakan rumus diatas maka sampel yang diperoleh adalah :

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{60}{1 + 60(0,05^2)}$$

$$n = \frac{60}{1 + 0,15}$$

$$n = \frac{60}{1,15}$$

$$n = 52,17$$

#### **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telahdilakukan di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh pada 15 s/d 19 Januari 2017, dengan jumlah responden sebanyak 52 orang. Hasil penelitian ini digambarkan secara berurutan dimulai dari analisa data unviariat meliputi tabel distribusi frekuensi dari varibel dependen dan independen, serta analisa data bivariat untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen dan variabel independen,

adapun hasil penelitian yang diperoleh selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Respondendi Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun (n=52)**

No	Kategori	F	%
1	Umur :		
	a. 60-74 tahun (Lansia/elderly)	52	100
2	Jenis Kelamin:		
	a. Laki-laki	35	67,3
	b. Perempuan	17	32,7
3	Pendidikan :		
	a. SD, SMP/ sederajat (Dasar)	16	30,8
		28	53,8
	b. SMA/ sederajat (Menengah)	8	15,4
	c. DIII, SI (Tinggi)		
4	Pekerjaan :		
	a. Bekerja/pensiunan	52	100
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden yang diteliti, keseluruhan responden berumur 60-74 tahun sebanyak 52 responden (100%), mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 35 orang (67,3%), mayoritas berpendidikan SMA/ sederajat sebanyak 28 responden (53,8%), dan keseluruhan responden bekerja (pensiunan/ pernah bekerja swasta) sebanyak 52 responden (100%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perubahan Psikososial Lansia di Tinjau Dari Pensiunan di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh (n=52)**

No	Pensiunan	F	%
1	Ya	31	59,7
2	Tidak	21	40,3
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 52 responden yang diteliti, mayoritas perubahan psikososial responden berada pada kategori Ya sebanyak 31 responden (59,7%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Perubahan Psikososial di Tinjau Dari Cemas Akan Kematian di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh (n=52)**

No	Cemas Akan Kematian	F	%
1	Ya	26	50
2	Tidak	26	50
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 52 responden yang diteliti, mayoritas perubahan psikososial di tinjau dari cemas akan kematian responden berada pada kategori rata-rata dan tidak sebanyak 26 responden (50%).

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Perubahan Psikososial di Tinjau Dari Penyakit Kronik Dan Ketidakmampuan di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh (n=52)**

No	Penyakit Kronik dan Ketidakmampuan	F	%
1	Ya	24	46,2
2	Tidak	28	53,8
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 52 responden yang diteliti, mayoritas perubahan psikososial di tinjau dari penyakit kronik dan ketidakmampuan responden berada pada kategori tidak sebanyak 28 responden (53,8%).

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh (n=52)**

No	Kualitas Hidup	F	%
1	Baik	25	48
2	Kurang	27	52
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5. menunjukkan bahwa dari 52 responden yang diteliti, mayoritas kualitas hidup responden berada pada kategori kurang sebanyak 27 responden (52%).

**Tabel 6 Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Pensiunan Lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh (n=52)**

No	Pensiunan	Kualitas Hidup Lansia				Total		p-value
		Baik		Kurang		F	%	
		F	%	f	%	F	%	
1	Ya	23	4,2	8	25	31	100	0,041
2	Tidak	9	2,8	12	57	21	100	
<b>Total</b>		<b>32</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>100</b>			

Berdasarkan tabel 6 diperoleh hasil penelitian bahwa dari 31 responden yang mengalami perubahan psikososial ditinjau dari pensiunan yang kategori baik sebanyak 23 (74,2%) responden dan kategori kurang sebanyak 8 (25,8%) responden. Dari 21 responden yang kategori kurang sebanyak 12 (57,2%) responden dan baik 9 (42,8%)

responden. Hasil analisa data (*Chi Square*) didapatkan nilai  $p=0,041 < \alpha = 0,05$  sehingga dapat diketahui bahwa hipotesa kerja ( $H_a$ ) diterima, berarti ada hubungan perubahan psikososial dengan pensiunan lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.

**PEMBAHASAN**

Hubungan pensiunan dengan kualitas hidup lansia Di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh

Setelah dilakukan uji statistik (*Chi Square*) didapatkan nilai  $p=0,041 < \alpha = 0,05$  sehingga dapat diketahui bahwa hipotesa kerja ( $H_a$ ) diterima, berarti ada hubungan pensiun dengan kualitas hidup lansia di Gampong Mulia Kecamatan Kuta Alam Kabupaten Banda Aceh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Khairani(2012) berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan pensiun dengan kualitas hidup lansia dengan p value=0,001.

Perubahan-perubahan psikososial pada lansia antara lain pensiunan. Pensiun setelah bertahun-tahun bekerja dapat membahagiakan dan memenuhi harapan, hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik dan mental. Beberapa lansia tidak termotivasi untuk mempertahankan penampilan mereka ketika mereka tidak atau hanya sedikit melakukan kontak dengan orang lain di luar rumahnya. Sebagian besar penghargaan pribadi mereka seperti uang, penghormatan, perasaan berharga yang tinggi, dan kekuatan. Orang-orang ini merasa kehilangan seluruh aset dan penghargaan selama pensiun. Mereka

mengukur kualitas dan kepuasan hidup berdasarkan apa yang telah mereka peroleh setiap hari. Jika mereka tidak percaya bahwa mereka dapat mencapai apapun, mereka akan merasa tidak berharga dan tertekan.

Pensiun sering mencetuskan perubahan pada citra diri begitu juga pada hubungan dengan pasangan serta penggunaan waktu luang. Pasangan yang menikmati hubungan yang menyenangkan ketika disebagian besar hari kerja mereka terpisah, sekarang perlu menyesuaikan diri karena harus bersama dalam periode yang lebih lama. Akibatnya, hubungan yang bermasalah sekarang ini dapat menjadi semakin sulit, tidak memiliki pekerjaan yang produktif dan tidak adanya jaringan sosial diluar lingkungan kerja sering menambah pandangan yang negatif setelah pensiun. Semakin awal seseorang mempersiapkan pensiunnya, semakin naik pandangannya dan kecenderungan kualitas hidupnya.<sup>3</sup>

Peneliti berasumsi bahwa pensiunan berhubungan dengan kualitas hidup lansia, dimana dari hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden yang mengalami perubahan psikososial pada masa pensiun mengalami kualitas hidup yang baik, hal ini disebabkan karena lansia mulai beradaptasi dengan perubahan yang dilaluinya, lansia belajar menerima aktivitas dan minat baru untuk mempertahankan kualitas hidupnya walaupun sudah tidak menghasilkan uang, dan lansia hanya membelajakan uang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan yang dimilikinya.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Notoadmoddjo. 2007. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Rineka Cipta: Jakarta
2. Notoatmodjo. 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta: Jakarta
3. Nugroho. 2011. Asi dan Tumor Payudara. Nuha Medika: Yogyakarta.
4. Notoadmoddjo. 2010. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Rineka Cipta: Jakarta