

KAJIAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI WILAYAH KOTA KUPANG PROPINSI NUSA TENGGARA TIMUR

Erwin N. Nawa

UPT Penyantun Budi Agung Kupang
Alamat Penulis : erwinnawa@yahoo.com

ABSTRAK

Proses penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dicegah dan merupakan hal yang wajar dialami oleh orang yang diberi karunia umur panjang, dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang (Hamid, 2006). Proses ini tetap menimbulkan permasalahan baik secara fisik, biologis, mental maupun sosial ekonomi (Nugroho, 2000). Seseorang yang sudah mencapai usia tua, tubuhnya tidak dapat lagi berfungsi dengan baik sehingga membutuhkan banyak bantuan dalam menjalani aktivitas kehidupannya. Kualitas hidup lansia terus menurun seiring dengan semakin bertambahnya usia. Penurunan kapasitas mental, perubahan peran sosial, dementia (kepikunan), juga depresi yang sering diderita oleh lansia yang ikut memperburuk kondisi mereka. Belum lagi berbagai penyakit degeneratif yang menyertai keadaan lansia membuat mereka memerlukan perhatian ekstra dari orang disekelilingnya. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal di keluarga dan tinggal di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Penyantun Budi Agung Wilayah Kota Kupang. Jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif dengan rancangan studi perbandingan. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah lansia yang hidup dan menetap di panti sebanyak 34 orang dan di rumah keluarga sebanyak 34 orang. Sehingga total sampel yang dikumpulkan secara pruposive sampling sebanyak 68 orang. Adapun data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah : aspek fisik; aspek psikologis; aspek sosial; dan aspek lingkungan sebagai variabel bebas. Sedangkan aspek kualitas hidup dijadikan variabel terikat. Data yang terkumpul menggunakan kuesioner terstruktur selanjutnya diuji dengan menggunakan uji Independent Sample T-Test. Hasil menunjukkan terdapat perbedaan aspek kualitas hidup secara umum ($p=0,022$), aspek fisik ($p=0,014$), aspek psikologis ($p=0,034$), dan aspek lingkungan ($p=0,015$) lansia yang tinggal di panti dan lansia yang tinggal di keluarga. Sedangkan lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga, tidak memiliki perbedaan aspek sosial ($p=0,943$).

Kata kunci : kualitas hidup lansia; aspek psikologis; aspek fisik; aspek lingkungan; aspek sosial; penurunan kapasitas mental

**STUDY ON QUALITY OF LIFE FOR THE ELDERLY IN KOTA KUPANG
AREA PROVINCE OF NUSA TENGGARA TIMUR****Erwin N. Nawa**

UPT Penyantun Budi Agung Kupang

Author Adress : erwinnawa@yahoo.com**ABSTRACT**

The aging process is a natural process that cannot be prevented and is a natural thing experienced by people who are given the gift of long life, where everyone hopes to live a calm, peaceful life, and enjoy retirement with their beloved children and grandchildren with love. (Hamid, 2006). This process still causes problems physically, biologically, mentally and socio-economically (Nugroho, 2000). A person who has reached old age, his body can no longer function properly so he needs a lot of help in carrying out his life activities. The quality of life of the elderly continues to decline with increasing age. Decreased mental capacity, changes in social roles, dementia (senility), also depression that is often suffered by the elderly which also worsens their condition. Not to mention the various degenerative diseases that accompany the condition of the elderly, making them require extra attention from the people around them. This study was conducted with the aim of knowing the differences in the quality of life of the elderly who live in the family and live in the Integrated Service Unit (UPT) of Penantun Budi Agung, Kupang City Region. The type of research used is descriptive quantitative with a comparative study design. The population and sample in this study were the elderly who lived and settled in the orphanage as many as 34 people and in the family home as many as 34 people. So that the total sample collected by purposive sampling was 68 people. The data collected in this study are: physical aspects; psychological aspects; social aspects; and environmental aspects as independent variables. Meanwhile, the aspect of quality of life is used as the dependent variable. The data collected using a structured questionnaire was then tested using the Independent Sample T-Test. The results showed that there were differences in aspects of quality of life in general ($p=0.022$), physical aspects ($p=0.014$), psychological aspects ($p=0.034$), and environmental aspects ($p=0.015$) for the elderly living in orphanages and the elderly living in families. . While the elderly who live in the orphanage with the elderly who live in the family, there is no difference in social aspects ($p = 0.943$).

Keywords : *quality of life of the elderly; psychological aspects; physical aspect; environmental aspects; social aspects; decreased mental capacity*

PENDAHULUAN

Kualitas hidup lansia terus menurun seiring dengan bertambahnya usia dan mengalami perubahan kondisi fisik individu, psikologis, tingkat kemandirian, serta hubungan individu dengan lingkungan. Lansia pada umumnya tinggal bersama dengan keluarga, namun tidak sedikit lansia yang tinggal di panti jompo. Panti jompo adalah salah satu bentuk perhatian pemerintah kepada masyarakat yang telah berusia lanjut. Dibanyak negara dengan cara memasukkan lansia di panti jompo merupakan suatu gaya hidup, namun kita sebagai orang timur yang adat dan kebudayaannya masih kental, memelihara, menjaga dan merawat orang tua adalah suatu kewajiban.

Penurunan kapasitas mental, perubahan peran sosial, dementia (kepikunan), dan depresi juga sering diderita oleh lansia. Hal ini turut memperburuk kondisi lansia beserta berbagai penyakit degeneratif yang menyertai keadaan lansia sehingga membuat mereka memerlukan perhatian ekstra dari orang disekelilingnya. Merawat lansia tidak hanya terbatas pada perawatan kesehatan fisik saja namun juga pada faktor psikologis dan sosiologis.

Lansia dapat memenuhi kebutuhan sosial mereka dengan bersosialisasi dengan teman-teman sebaya saat di panti jompo. Fasilitas panti jompo seperti kunjungan dokter memudahkan lansia itu sendiri untuk memeriksakan kesehatan mereka. Aktivitas aktivitas yang dirancang dan difasilitasi panti seperti olahraga, menyulam atau menjahit, semua dirancang untuk memandirikan lansia. Akan tetapi, kenyataan yang ditemukan bahwa hal ini tentu tidak sepenuhnya dapat diterima oleh lansia. Beberapa lansia ditemukan memerlukan bantuan teman-temannya untuk melakukan aktivitas sehari-hari untuk memenuhi kebutuhannya seperti makan dan minum.

Lanjut usia yang tinggal bersama keluarga memiliki kualitas hidup yang lebih baik dari pada lanjut usia yang tinggal dipanti. Hal ini dikarenakan lanjut usia yang tinggal bersama keluarga di rumah tidak hanya mendapatkan perawatan fisik, namun juga mendapatkan kasih sayang, kebersamaan, interaksi atau komunikasi yang baik, dan menerima bantuan dari keluarga yang semuanya itu merupakan fungsi dari keluarga.

Demartoto *dalam* Siregar, dkk (2013) menyatakan bahwa pelayanan lansia meliputi pelayanan yang berbasis pada keluarga, masyarakat dan lembaga. Pelayanan berbasis keluarga dan masyarakat cenderung sulit dipisahkan, sehingga terdapat pengelompokan secara umum terhadap lansia, yaitu lansia dengan pelayanan panti dan lansia dengan pelayanan komunitas (non panti). Dukungan yang berasal dari keluarga juga

merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah atau kegiatan sehari-hari, seperti permasalahan lain yang mungkin muncul dapat berasal dari aspek sosial dan aspek psikologis atau emosional. Selain tinggal bersama keluarga, terdapat alternatif lain untuk mengatasi masalah sosial lansia yaitu tinggal di Panti Jompo.

Lansia memutuskan untuk tinggal di Panti Jompo dengan berbagai alasan seperti takut membebani keluarga atau memiliki masalah dengan anak, masalah tersebut bisa berasal dari berkurangnya kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas yang membuat seorang lansia membutuhkan banyak pertolongan keluarga dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Jumlah penduduk lanjut usia (60 tahun ke atas) Indonesia pada tahun 2009 sebesar 19,32 juta orang atau 8,37% dari total seluruh penduduk Indonesia. Kemudian diperkirakan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) bahwa kelompok lansia di Indonesia akan mencapai jumlah 28,8 juta atau 11,34% dari jumlah penduduk Indonesia. Berdasarkan hasil observasi terdahulu diketahui bahwa jumlah lansia di UPT Penyantun Budi Agung Kupang berjumlah 65 orang, yang terdiri dari jumlah lansia laki-laki sebanyak 27 orang, dan lansia perempuan sebanyak 38 orang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal di keluarga dan tinggal di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Penyantun Budi Agung Wilayah Kota Kupang. Jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif dengan rancangan studi perbandingan. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah lansia yang hidup dan menetap di panti sebanyak 34 orang dan di rumah keluarga sebanyak 34 orang. Sehingga total sampel yang dikumpulkan secara purposive sampling sebanyak 68 orang. Adapun data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah : aspek fisik; aspek psikologis; aspek sosial; dan aspek lingkungan sebagai variabel bebas. Sedangkan aspek kualitas hidup dijadikan variabel terikat. Data yang terkumpul menggunakan kuesioner terstruktur selanjutnya diuji dengan menggunakan uji Independent Sample T-Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Lansia

Papalia, et al (2001) dan Ariyanti (2009) menyatakan bahwa pada masa lanjut usia, seseorang mengalami perubahan dalam segi fisik, kognitif, maupun dalam kehidupan

psikososialnya. Kemudian, Darnton-Hill (1995) dan Oye Gureje (2008) juga menekankan bahwa pentingnya harapan hidup dan kualitas hidup bagi lanjut usia.

Keempat domain dalam kualitas hidup adalah kesehatan fisik, kesehatan psikologi, hubungan sosial, dan aspek lingkungan (WHOQOL Group; Jackie Brown, 2004). Empat domain kualitas hidup diidentifikasi sebagai suatu perilaku, status keberadaan, kapasitas potensial, dan persepsi atau pengalaman subjektif (WHOQOL Group, 1994). Ratna (2008) juga menambahkan jika kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, akan timbul masalah-masalah dalam kehidupan lanjut usia yang akan menurunkan kualitas hidupnya. Tabel 1 menunjukkan bahwa lansia yang menjadi responden lebih banyak berjenis laki-laki (52.9%) dengan tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) atau setara Sekolah Rakyat (SR) sebanyak 67.6% dan 38.2% dan sudah lama berstatus Duda (44-50%).

Tabel 1. Distribusi Lansia berdasarkan Karakteristik Individu

Indikator	Panti Jompo		Keluarga	
	n	%	n	%
Jenis Kelamin				
1. Laki-laki	18	52,9	18	52,9
2. Perempuan	16	47,1	16	47,1
Pendidikan				
1. TS	6	17,7	4	11,8
2. SD/SR	23	67,6	13	38,2
3. SMP	3	8,8	8	23,5
4. SMA/SMU	1	2,9	6	17,7
5. S1	1	2,9	3	8,8
Status Perkawinan				
1. Tidak Kawin	2	5,9	0	0
2. Janda	15	44,1	11	32,4
3. Duda	17	50	15	44,1
4. Kawin	0	0	8	23,5

Depresi akibat ditinggal istri atau suami serta keluarga pada usia lanjut akan mempunyai dampak yang cukup serius pada kehidupan sosial dan fisik dimana hal tersebut akan menyebabkan penurunan kualitas hidup serta menyebabkan lanjut usia bergantung pada orang lain (Mangoenprasodjo & Hidayati, 2005).

2. Kajian Kualitas Hidup antar Lansia yang Hidup di Panti Jompo dan Keluarga

Dahlia Amareta (2008) menyatakan bahwa usia tua, kesepian, sosial ekonomi yang kurang sejahtera, serta munculnya penyakit-penyakit degeneratif seperti kanker, jantung, reumatik, serta katarakter menyebabkan produktivitas menurun serta mempengaruhi

kehidupan sosial. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmania (2008) dijelaskan bahwa sebagian besar lanjut usia di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya mengalami tingkat depresi sedang karena kurangnya aktivitas yang dilakukan oleh lanjut usia selama di panti dan didukung dengan belum adanya pelayanan konsultasi atau pemeriksaan psikologis bagi lansia yang mengalami depresi.

Tabel 2. Kajian Kualitas Hidup antar Lansia yang Hidup di Panti Jompo dan Keluarga

Variabel	<i>p value</i>	Kesimpulan
KHU	0,022	Ada Perbedaan
Aspek Fisik	0,014	Ada Perbedaan
Aspek Psikologis	0,034	Ada Perbedaan
Aspek Sosial	0,943	Tidak Ada Perbedaan
Aspek Lingkungan	0,015	Ada Perbedaan

Tabel 2 menunjukkan bahwa variabel kualitas hidup lansia secara umum, aspek fisik aspek psikologis, dan aspek lingkungan memiliki nilai $p\text{ value} < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan dari keempat variabel tersebut terdapat perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga sedangkan variabel aspek sosial memiliki nilai $p\text{ value} > 0,05$ maka dapat disimpulkan dari variabel aspek sosial tidak terdapat perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga.

Penelitian ini menemukan bahwa ada perbedaan kualitas hidup lansia secara umum antara lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya (2016)² yang menyatakan bahwa ada perbedaan kualitas hidup secara umum antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga.

Peneliti menduga bahwa hal ini disebabkan karena lansia yang tinggal di panti merasa semua kebutuhan hidupnya telah ditanggung oleh pihak panti dan juga terdapat berbagai kegiatan untuk para lansia yang diselenggarakan oleh pihak panti seperti senam sehat, pemeriksaan kesehatan dan lainnya yang membuat para lansia yang tinggal di panti merasa tidak bosan. Lingkungan panti yang selalu dijaga kebersihannya dan juga makanan yang disediakan sesuai dengan kebutuhan para lansia membuat para lansia merasa nyaman tinggal di panti. Hal lain yang mendukung adalah tenaga pengasuh dan perawat yang professional membuat para lansia merasa lebih diperhatikan kualitas hidupnya dibandingkan dengan lansia yang tinggal di keluarga, tidak semua sanak keluarga memiliki perhatian kepada lansia di tambah lagi jika lansia tersebut hanya berdiam diri di rumah maka lansia tersebut semakin merasa kesepian. Lingkungan rumah

yang padat menjadikan tempat tinggalnya terlihat kumuh sehingga membuat kualitas hidup lansia menjadi buruk.

Perbedaan kualitas hidup lansia dari aspek fisik antara lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga terdapat perbedaan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliati (2014)⁷ yang menyatakan bahwa ada perbedaan kualitas hidup dari aspek fisik antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga. Menurut peneliti, hal ini disebabkan karena lansia yang tinggal di panti mendapat berbagai kegiatan salah satunya adalah senam sehat lansia yang membuat lansia lebih aktif bergerak sehingga sendi dan otot-otot menjadi tidak kaku yang berdampak pada berkurangnya nyeri dan kekakuan pada sendi dan otot-otot lansia. Selain senam sehat, lansia juga mendapat senam otak (brain gims).

Prinsip-prinsip gerakan senam otak seperti aerobic exercise, stretching, brain-body connection dan crossing body midline dapat meningkatkan daya tahan jantung paru, kelenturan, dan keseimbangan pada lansia (Fitriana dalam Putri, 2016) sedangkan bagi lansia yang tinggal di keluarga, tidak semua aktif bergerak terlebih lansia yang sudah berumur >70 tahun. Mereka lebih banyak berdiam diri di dalam rumah sehingga mereka lebih sering merasa lelah dan nyeri pada sendi-sendinya.

Penelitian ini juga menemukan bahwa ada perbedaan kualitas hidup lansia dari aspek psikologis antara lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliati (2014)⁷ yang menyatakan bahwa ada perbedaan kualitas hidup dari aspek psikologis antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena lansia yang tinggal di keluarga masih merasakan kasih sayang dan perhatian dari keluarga sehingga lansia tersebut tidak merasa kesepian sedangkan lansia yang tinggal di panti walaupun mereka tinggal bersama lansia lainnya tetapi mereka tidak lagi merasa kasih sayang dan perhatian keluarga secara langsung. Hal tersebut seiring dengan hasil penelitian yang telah dipublikasi oleh Ramlah (2011), mengemukakan bahwa lansia membutuhkan dukungan darikeluarga, khususnya dukungan emosional sehingga dapat menghindari kejadianpengabaian lansia dalam keluarga. Dukungan emosional lansiaterbangun dari hal psikis lansia, pada usia lansia sangat membutuhkan kasih sayang dari seseorang terutamanya keluarga.

Kualitas hidup lansia dari aspek sosial antara lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga tidak terdapat perbedaan. Penelitian ini bertolakbelakang

dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2015) yang menyatakan bahwa ada perbedaan kualitas hidup dari aspek sosial antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena baik lansia yang tinggal di panti maupun yang tinggal di keluarga masih menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Lansia yang tinggal di panti menjalin hubungan sosial dengan sesama lansia maupun dengan pengasuh dan perawat yang ada di panti sedangkan lansia yang tinggal di keluarga menjalin hubungan sosial dengan keluarganya maupun tetangga di sekitar rumahnya. Namun demikian dari hasil penelitian terdapat juga lansia yang tinggal di keluarga yang memiliki kualitas hidup buruk yaitu sebanyak 3 responden (8,8%). Hal ini disebabkan karena terdapat lansia yang hidup bersama keluarganya namun keluarganya itu sibuk dan jarang berada dirumah sehingga ia merasa kesepian tidak ada kegiatan ataupun orang yang menemani.

Penelitian ini menemukan bahwa ada perbedaan kualitas hidup lansia dari aspek lingkungan antara lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga. Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya (2016)² yang menyatakan bahwa ada perbedaan kualitas hidup dari aspek lingkungan antara lansia yang tinggal di panti dengan lansia yang tinggal di keluarga. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena bagi lansia yang tinggal di panti berada pada lingkungan yang bersih, aman dan nyaman karena selalu dijaga kebersihannya oleh petugas panti dan terdapat petugas keamanan yang menjaga panti sedangkan bagi lansia yang tinggal di keluarga walaupun lingkungan rumahnya bersih namun kondisi rumah yang terlalu berdekatan membuat kondisi lingkungan terlihat kumuh dan kurang nyaman ditambah rumah yang berada di tengah kota dan lingkungan padat penduduk membuat kebisingan dari kendaraan maupun tetangga sekitar rumah memperburuk kondisi tersebut. Dari aspek finansial pun, lansia yang tinggal di panti di tanggung dan semua kebutuhannya dipenuhi oleh pihak panti sedangkan bagi lansia yang tinggal di keluarga, terdapat lansia yang masih harus tetap bekerja untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari.

PENUTUP

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup secara umum lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga ($p=0,022 < \alpha=0,05$). Terdapat perbedaan kualitas hidup dari aspek fisik lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga ($p=0,014 < \alpha=0,05$). Terdapat perbedaan kualitas hidup dari aspek psikologis lansia yang tinggal di panti dengan yang

tinggal di keluarga ($p=0,034 < \alpha=0,05$). Tidak terdapat perbedaan kualitas hidup aspek sosial lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga ($p=0,943 > \alpha=0,05$). Terdapat perbedaan kualitas hidup secara aspek lingkungan yang tinggal di panti dengan yang tinggal di keluarga ($p=0,015 < \alpha=0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Reno, Risang Bramasto. 2010. Hubungan Status Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Widya. 2016. Perbedaan Kualitas Hidup Antara Lansia Yang Tinggal Di Keluarga Dengan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha. Skripsi. Makasar: UIN Alauddin Makasar.
- Siregar, dkk. 2013. Perbandingan Kualitas Hidup Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Jompo dengan Yang Tinggal di Rumah di Kabupaten Tapanuli Selatan. Skripsi. Medan: Universitas Sumatra Utara
- Azizah. 2011. Keperawatan Lanjut Usia. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Putri, Suci Tuty. 2015. Studi Komparatif: Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga dan Panti. Skripsi. Bandung: UPI.
- Sari, Kartika. 2012. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia (Lansia) Di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta Timur. Skripsi. Depok: UI.
- Yuliati, dkk. (2014) .Perbedaan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Komunitas dengan di Pelayanan Sosial Lanjut Usia. Diunduh dari <http://www.jurnal.unej.ac.id>