



HUBUNGAN KEAKTIFAN KEGIATAN SOSIAL DENGAN KELUHAN FISIK DAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DESA KEDOPOK KOTA PROBOLINGGO

Siti Romlah¹, Iin Aini Isnawati², Grido Handoko Sriyono³

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan

Genggong Pajarakan Probolinggo

Email Korespondensi: Sitiromlah101020@gmail.com

ABSTRAK

Keaktifan Kegiatan sosial adalah agenda yang dilakukan bersama dengan masyarakat, khususnya yang berada dilingkungan sekitar yang mana bisa seperti tentang unsur-unsur masyarakat yang berkaitan dengan nilai-nilai agama. Penelitian ini menggunakan Jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan (*Cross sectional*). Penelitian ini dilakukan di Desa Kedopok Kota Probolinggo. Pada tanggal 4 Agustus 2023 dengan jumlah populasi 50 responden, Sampel yang digunakan yaitu 42 lansia dengan syarat inklusi dan diambil dengan cara teknik *Random Sampling*. Instrument penelitian menggunakan Kuesioner. Analisa data menggunakan Uji *Spearman Rank* untuk analisis bivariat dan *Analisis Regresi Logistik Ordinal* untuk analisis Multivariat dalam mencari faktor yang paling dominan. Hasil Uji statistik menyimpulkan bahwa yang paling berpengaruh dalam variabel keaktifan kegiatan sosial adalah variabel kualitas hidup dengan nilai *p value* $0.016 < 0.05$. Dari hasil penelitian diharapkan Lansia di desa kedopok untuk lebih memperhatikan tentang kesehatan dirinya karena hal tersebut sangat penting, sehingga jika para lansia tidak bisa datang ke posyandu keluarga bisa membantu untuk mengantarnya.

Kata Kunci : Keaktifan Kegiatan Sosial, Keluhan Fisik, Kualitas Hidup

ABSTRACT

Activeness Social activity is an agenda that is carried out together with the community, especially those in the surrounding environment which can be related to elements of society related to religious values. social activities and physical complaints and quality of life in Kedopok Village, Probolinggo City. This study uses a type of quantitative research using the approach (Cross sectional). This research was conducted in Kedopok Village, Probolinggo . the study conducted On August 4, 2023 with a population of 50 respondents, the sample used was 42 elderly with inclusion requirements and taken by means of the Random Sampling technique. The research instrument uses a questionnaire. Data analysis used the Spearman Rank test for bivariate analysis and Ordinal Logistic Regression Analysis to find the most dominant factor. Statistical test results concluded that the most influential variable in the activeness of social activities was the quality of life variable with a p value of $0.016 < 0.05$.

From the results of the study it is hoped that the elderly in Kedopok village will pay more attention to their own health because this is very important, so that if the elderly cannot come to the Posyandu, the family can help accompany them.

Keywords : *Liveliness of Social Activities, Physical Complaints, Quality of Life*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) merupakan seseorang yang usianya mengalami perubahan dimana telah memasuki periode dewasa akhir dan fase akhir dari rentang kehidupan manusia. Lansia akan mengalami penurunan kognitif dan fungsi tubuh yang menyebabkan terjadinya penyakit lanjut usia. Kemunduran fisik pada lansia ditandai dengan penurunan kekuatan otot, koordinasi ekstermitas bawah disertai penurunan kualitas hidup (Purwati, Ayu Endang, et al. 2023).

Aktivitas merupakan keaktifan, kegiatan serta kerja yang dilaksanakan. Sosial adalah suatu sistem tata kelakuan dan hubungan yang berpusat pada aktivitas-aktivitas untuk memenuhi kompleks-kompleks kebutuhan khusus dalam kehidupan masyarakat. Definisi tersebut menekankan pada sistem tata kelakuan atau norma-norma untuk memenuhi kebutuhan hidup. Keluhan dimana yang dirasakan oleh lansia dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga akan menghambat upaya peningkatan kesejahteraan lansia, semakin banyak aktifitas yang dilakukan semakin banyak keluhan yang dirasakan oleh lansia ada beberapa keluhan terdapat pada lansia yaitu nyeri dibagian ekstermitas bawah, hipertensi, diabetes, stroke kebanyakan lansia yang mengeluh nyeri bagian ekstermitas dikarenakan sering bekerja keras seperti mengangkat beban berat (Inayatul Fadhilah, Ayu. 2023).

Kualitas hidup sebagai suatu aspek penting dalam kehidupan seseorang yang merupakan sebuah keluhan atau tanda-tanda psikologis yang akan mempengaruhi kemampuan individu ketika melakukan peran dalam lingkungan sosialnya (Chayruman, Moh. 2023). Keaktifan kegiatan sosial merupakan kesibukan yang dilakukan oleh seseorang dimana seorang tersebut mengikuti kegiatan didesa seperti posyandu, kegiatan ronda, kerja bakti, kegiatan keagamaan acara rutin perbulan yang dilakukan lansia yang aktif dalam mengikuti kegiatan tersebut dan ada juga lansia yang tidak aktif mengikuti kegiatan didesa. Kualitas hidup ada 2 macam yaitu objektif dan subjektif meliputi standar hidup, pendapatan, pendidikan, kesehatan, status ekonomi, dan interaksi sosial. Sedangkan subjektif terdiri dari kepuasan hidup, kebahagiaan (Inayatul Fadhilah, Ayu. 2023).

Jumlah lansia berusia 65 tahun keatas ada 727 juta orang dunia pada tahun 2020. Tingkat populasi lansia, jumlah lansia di Asia pada tahun 2022 sekitar 142 juta jiwa lansia di Vietnam memiliki tingkat populasi lansia sebesar 7.3%. Sedangkan di Indonesia jumlah lansia pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia sekitar 80.000.000 (Pusparsa 2020) di Jawa Timur pada tahun 2018 telah mencapai 11,46% yang menandakan bahwa struktur penduduk sehingga di Kota Probolinggo saat ini diperkirakan ada kurang lebih 22.300 jiwa penduduk Usia Lanjut (Badan Pusat Statistik, 2018).

Berdasarkan pada tahun 2020, Indonesia sebanyak 48,14 % lansia yang mengalami keluhan Kesehatan, baik psikis maupun fisik. Keluhan lansia Di Jawa Timur lansia yang mengalami keluhan sakit sebanyak 24,35 %. Secara umum, lansia banyak menderita penyakit tidak menular serta bersifat degeneratif yang disebabkan oleh usia, contohnya penyakit Diabetes mellitus, stroke, penyakit jantung, rematik, cedera (Kemenkes RI, 2019) menurut dinas kesehatan kota probolinggo pada tahun 2022 estimasi jumlah yang mempunyai keluhan fisik pertensi adalah 282.854 dengan penduduk yang telah mendapatkan pelayanan adalah 26.633 orang atau 9,8% (DINKES 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 6 Mei 2023 di Desa Kedopok Kelurahan Kedopok Kota Probolinggo didapatkan peneliti telah

melakukan wawancara kepada 10 orang (100%), didapatkan 6 orang (60%) yang aktif dalam mengikuti kegiatan sosial. Dari 6 orang tersebut yang 4 orang diantaranya jarang sakit dan 2 orang ada keluhan pusing tidak mengganggu kegiatan sosial secara fisik sehat. 4 orang (40%) yang tidak aktif dalam mengikuti kegiatan sosial, karena mengalami nyeri sendi.

Pada umumnya lanjut usia mengalami penurunan fisik fungsi organ atau disebut juga dengan proses degeneratif sehingga diperlukan penanganan yang lebih baik ada beberapa Jenis keluhan pada lansia yang merupakan efek dan penyakit kronis seperti asam urat, darah tinggi rematik, darah rendah dan diabetes Lanjut Usia merupakan kelompok yang paling banyak terkait masalah kesehatan Semakin bertambah usia maka semakin menurun kekuatan dan daya tahan tubuh, Penurunan daya tubuh sehingga tingkat tertentu dapat mengakibatkan seseorang mengalami masalah kesehatan khususnya pada lansia (Triprabowo, Hendri et al. 2023).

Kegiatan aktivitas yang menyebabkan peningkatan penggunaan energi atau kalori oleh tubuh. Aktivitas kegiatan lansia dalam kehidupan sehari-hari dapat dikategorikan ke dalam pekerjaan, olahraga, kegiatan dalam rumah tangga ataupun kegiatan lainnya Namun proses penuaan yang terjadi berdampak pada keterbatasan lansia dalam melakukan aktivitas yang mempengaruhi kemandirian lansia sehingga lansia menjadi mudah bergantung pada bantuan orang lain Keterbatasan lansia melakukan aktivitas fisik juga menyebabkan menurunnya keaktifan dan ada juga lansia yang aktif dalam mengikuti kegiatan dan lebih banyak mengikuti kegiatan (Mbaloto, Freny Ravika et al. 2023).

Menurut Rumilang, B. (2023) lansia yang aktif dalam mengikuti kegiatan secara fisik sehat, dalam mengikuti kegiatan sosial, organisasi, dan karena hal tersebut berdampak positif terhadap kesehatan tubuh secara keseluruhan lansia yang sehat. Dengan demikian untuk keaktifan lansia ini berbagai macam kegiatan sosial. Kegiatan keagamaan, kerja bakti, kegiatan ronda, kegiatan posyandu. Bertambahnya usia lansia aktif dalam mengikuti kegiatan dan keluhan fisiknya tidak ada aktif dalam menghubungkan umurnya sudah tua kualitas hidup juga berhubung dengan keluhan dan bisa mempengaruhi Hal ini dapat menyebabkan kegiatan lansia aktif yang sehingga keluhan lansia menurun.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang ini menggunakan metode “analitik korelasional” dengan pendekatan *cross sectional*. Dengan Teknik sampling yang di gunakan adalah *Random simpling*. Populasi berjumlah 50 Lansia di Desa Kedopok dengan sampel yang diambil sejumlah 42 lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan menggunakan alat ukur Keaktifan kegiatan sosial Menggunakan (Kuesioner *aktivitas of daily*), keluhan fisik Menggunakan (Kuesioner Rapid Entire Body Assessment), dan Kualitas hidup (Kuesioner *WHOQOLBR EF(World Health Organization Quality Of Life-BREF)*). Analisa data menggunakan Uji *Spearman Rank* untuk analisis bivariat dan *Analisis Regresi Logistik Ordinal* untuk mencari faktor yang paling dominan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dengan judul “Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial Dengan Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo”. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 4 Agustus 2023. Untuk mendapatkan data, peneliti menggunakan lembar persetujuan responden. Peneliti melakukan pendekatan dengan BHSP (Bina Hubungan Saling Percaya) supaya bersedia menjadi responden dalam penelitian. Setelah itu, responden diberikan kuesioner untuk mengetahui apakah ada Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial Dengan Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kedopok Kota

Probolinggo”.

1. Data Umum

Karakteristik	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	35,7
Perempuan	27	64,3
Usia		
40 - 47 Tahun	22	52,4
48 - 55 Tahun	14	33,3
56 - 63 Tahun	6	14,3
Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	8	19,0
SD/Sederajat	15	35,7
SMP/Sederajat	12	28,6
SMA	7	16,7
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	3	7,1
Ibu Rumah Tangga	24	57,1
Petani	8	19,0
Wiraswasta	7	16,7

2. Data Khusus

Karakteristik	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
Keaktifan Kegiatan Sosial		
Kurang	12	28,6
Cukup	20	47,6
Baik	10	23,8
Keluhan Fisik		
Rendah	7	16,7
Sedang	29	69,0
Tinggi	6	14,3
Kualitas Hidup		
Kurang	15	35,7
Cukup	20	47,6
Baik	7	16,7

3. Hasil Uji Bivariat

a. Hubungan antara Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Keluhan Fisik Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Hasil Uji statistika dengan menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi p value $0.002 < 0.05$ maka variabel independen Keaktifan Kegiatan Sosial sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Keluhan Fisik Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

b. Hubungan antara Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Hasil Uji statistika dengan menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi p value $0.006 < 0.05$ maka variabel independen

Keaktifan Kegiatan Sosial sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

4. Hasil Uji Multivariat

Hasil Uji statistik disimpulkan bahwa nilai negelkerke yang artinya variabel independent berpengaruh terhadap variabel dependent sebanyak 38,4%. Dari keseluruhan hasil uji statistik regresi ordinal dengan menggunakan spss versi 20 dapat disimpulkan bahwa variabel Keaktifan Kegiatan Sosial Berpengaruh terhadap Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Hidup Lansia. Hasil uji analisis dapat diketahui bahwa Kualitas Hidup signifikasinya lebih kecil dari pada nilai α yakni $0.016 < 0.05$ berarti dinyatakan hasil uji analisis dengan menggunakan *Regresi logistic ordinal* untuk mengetahui variabel paling dominan yang mempengaruhi keaktifan kegiatan sosial didapatkan oleh variabel Kualitas Hidup Lansia.

PEMBAHASAN

Keaktifan Kegiatan Sosial Pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Berdasarkan hasil yang didapat bahwa data keaktifan kegiatan sosial Cukup sejumlah 20 responden (47,6%), kurang sejumlah 12 responden (28,6%), dan Baik sejumlah 10 responden (23,8%). Menurut penelitian Skolastika Prihati Ningsih (2022) faktor yang memberikan pengaruhnya terkait keaktifan yang berusia lanjut dalam hal memberikan pengikutan akan kegiatannya yang dilakukan di posyandu bahwa diantaranya pengetahuan dan keluarga yang memberikan dukungan dan juga motivasi serta keluhan fisik termasuk keaktifan.

Keaktifan lansia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dukungan keluarga saja. Namun terdapat banyak faktor yang mempengaruhi lansia untuk terlibat aktif dalam mengikuti posyandu diantaranya adalah faktor fisik, faktor psikologis, faktor sosial, dan faktor lingkungan. Melalui kemunduran dalam segi kesehatan maka berdampak pula pada kesadaran diri lansia untuk mengikut posyandu (Pamungkas et al, 2021).

Keaktifan lansia dapat bervariasi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti genetik, lingkungan fisik dan sosial, dan karakteristik lansia. Pada tahap awal proses penuaan faktor lingkungan fisik dan sosial meliputi lingkungan rumah tempat tinggal lansia, lingkungan sekitar rumah, dan komunitas serta karakteristik menjadi faktor yang berpengaruh (Sitanggang et al, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian ditemui bahwa permasalahan dari skor pertanyaan kuesioner yang paling tinggi, yaitu lansia sering melakukan kegiatan warga setiap minggu (40.5%) warga selalu ikut serta dalam kegiatan warga sekitar (47.6%), lansia sering berbincang-bincang (59.5%), aktif dalam mengikuti kegiatan di desa (45.2%).

Pendapat peneliti dalam penelitian ini terkait dengan hasil kuesioner didapatkan bahwa sering melakukan kegiatan sehari harinya dan selalu mengikuti kegiatan sosial, sehingga responden mengalami sering mengalami kelelahan, lansia di desa kedopok dalam ke ikutsertaan dalam pemeriksaan kesehatan ke posandu sangat jarang dilakukan, sehingga peneliti berpendapat bahwa perlunya motivasi terhadap keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan sosial di posyandu Desa kedopok yang menjadi tolak ukur yang sangat perlu diperhatikan dikarenakan motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dorongan dari luar dapat berdampak pada keinginan seseorang untuk berupaya dalam melakukan sesuatu. Bisa dengan dukungan keluarga, dengan cara diantar atau pihak perangkat desa bisa berkonsultasi dengan pihak kesehatan setempat untuk mendatangi setiap lansia yang ada di desa tersebut, dan juga Motivasi menjadi pendorong seseorang

dalam melakukan sesuatu atau tindakan dengan tujuan tertentu. dalam penelitian ini, tujuan peneliti adalah agar responden dapat mengikuti posyandu lansia dalam meningkatkan kesehatan. Maka dari itu, kesadaran untuk meningkatkan kesehatan harus ada dalam diri responden.

Dalam permasalahan tersebut peneliti berpendapat seharusnya upaya yang dilakukan seperti memberikan edukasi, motivasi dan informasi tentang persiapan memasuki dan menjalani hari tua bagi lansia maupun keluarganya. Sehingga dukungan dari pihak keluarga lansia sangat dibutuhkan. Karena salah satu fungsi keluarga adalah fungsi cinta kasih. Keluarga merupakan support system utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peranan keluarga dalam perawatan lansia antara lain menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi, serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia.

Keluhan Fisik pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Berdasarkan hasil yang didapat bahwa data Keluhan fisik lansia Sedang sejumlah 29 responden (69,0%), Rendah sejumlah 7 responden (16,7%), dan tinggi sejumlah 6 responden (14,3%). Proses penuaan pada usia lanjut menyebabkan terjadinya penurunan kondisi baik secara fisik, psikologis maupun sosial serta spiritual. Salah satu keluhan yang sering muncul dialami oleh usia lansia adalah terjadinya gangguan pola tidur.

Menurut penelitian (T Eltrikanawati & Simatupang, 2021) Seorang lansia akan lebih terjaga diwaktu malam hari sehingga menyebabkan durasi tidur malam menjadi berkurang, Pola tidur yang terganggu pada lansia dapat berasal dari keluhan fisik seperti rematik, asam urat, hipertensi dan keluhan fisik yang lainnya.

Aktivitas fisik yang dilakukan lansia merupakan pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik dan mental, serta mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari (Sabono, Lussy Gimerlin. 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ditemui bahwa permasalahan dari skor pertanyaan kuesioner yang paling tinggi, yaitu kesemutan pada area tangan kanan saat melakukan aktivitas yang berat 52.4%), bagian betis selalu merasa linu linu 35.7%), bagian kaki (35.7%), pergelangan kaki (31.0%), dan tumit juga kadang mengalami cenat cenut (35.7%). Pendapat Peneliti terkait dengan kuesioner pasien kebanyakan sering mengalami keluhan pada area kaki dan tumit seperti lini-linu setelah melakukan keaktifan sosial, upaya peneliti responden bisa menanganinya dengan perbanyak istirahat kurangi aktivitas fisik yang membuat nyeri tersebut kambuh, bisa dengan cara mengompres pada bagian yang nyeri agar rasa linu-linu nya semakin berkurang, dan jangan mengurut di area yang sembarangan. Pasien juga sering mengalami keluhan pada area tangan bisa dikarenakan radang sendi, sehingga pasien di upayakan selalu menghindari makanan yang membuat kambuh keluhan nyerinya, upaya lain yang bisa dilakukan dengan aktivitas fisik yang tepat juga bisa membantu mengatasi keluhan tersebut. Karena kelelahan selalu mungkin terjadi pada lansia, terutama pada lansia yang memiliki radang sendi, maka olahraga dengan intensitas rendah direkomendasikan. Bisa dengan Olahraga yang berfokus pada rentang gerak, daya tahan, kesadaran dan kekuatan tubuh. Olahraga seperti yoga, peregangan, jalan kaki, berenang, dan angkat beban ringan adalah aktivitas yang baik.

Kualitas Hidup Pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Berdasarkan hasil yang didapat bahwa data Kualitas hidup lansia cukup sejumlah 20 responden (47,6%), kurang sejumlah 15 responden (35,7%) dan Baik sejumlah 7 responden (16,7%). Menua (menjadi tua) adalah proses kehilangan perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri. Manusia yang menjadi tua akan mengalami kemunduran fisik, psikologis dan sosial (Gustian & Palmizal, 2021).

Kualitas hidup adalah tanggapan individu pada kehidupan yang berkaitan budaya yang ada serta nilai dimana individu tersebut tinggal, berkaitan dengan suatu tujuan serta suatu harapan. Adapun faktor yang berkontribusi dalam peningkatan kualitas hidup individu ialah pekerjaan, usia, jenis kelamin, status pernikahan, Pendidikan, penghasilan, aspek psikis, sosial, fisik, serta mental (Annisa et al., 2021).

Menurut penelitian Pomarida Simbolon & Nagoklan Simbolon (2023) Kualitas hidup lansia sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada yang terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian yang di pengaruhi kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

Menurut penelitian Muhammad Nur & Hamid Mukhlis (2020) dapat diasumsikan bahwa kualitas hidup lansia merupakan tolak ukur keberhasilan keluarga dalam melakukan perawatan pada lansia, dimana keluarga yang baik dalam melakukan perawatan pada lansia, maka dapat memberikan kualitas hidup lansia yang baik, dengan demikian disarankan kepada keluarga untuk meningkatkan dalam melakukan perawatan kesehatan pada lansia, dan keluarga untuk lebih dekat dan rutin dalam mengajak lansia berkomunikasi, jalan-jalan, agar lansia lebih nyaman dan lebih bahagia dalam menghadapi hari tuanya.

Berdasarkan hasil penelitian ditemui bahwa permasalahan dari skor pertanyaan kuesioner yang paling tinggi, yaitu puas terhadap kualitas hidupnya (33.3%), selalu memperhatikan kesehatan nya (33.3%), kurang pede dalam menerima kondisi perubahan faktor usianya (35.7%), kurang bersosialisasi dengan anaknya (40.0%), dan hubungan seksual juga semakin menurun (45.2%), dukungan dari keluarga (31.0%).

Berdasarkan hasil penelitian, berpendapat diasumsikan bahwa kualitas hidup lansia merupakan tolak ukur keberhasilan keluarga dalam melakukan perawatan pada lansia, dimana keluarga yang baik dalam melakukan perawatan pada lansia, maka dapat memberikan kualitas hidup lansia yang baik, dengan demikian disarankan kepada keluarga untuk meningkatkan dalam melakukan perawatan kesehatan pada lansia, dan keluarga untuk lebih dekat dan rutin dalam mengajak lansia berkomunikasi, jalan-jalan, agar lansia lebih nyaman dan lebih bahagia dalam menghadapi hari tuanya.

Hubungan Keaktifan Kegiatan sosial dengan Keluhan Fisik Pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Berdasarkan hasil yang didapat bahwa hubungan keaktifan kegiatan sosial dengan keluhan fisik lansia adalah $\rho = 0,002$ dengan tingkat signifikan nilai $\rho < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan antara keaktifan kegiatan sosial dengan keluhan fisik pada lansia di desa kedopok kota probolinggo.

Aktivitas fisik mempunyai pengaruh yang bermanfaat pada fungsi kognitif lansia dan juga merupakan salah satu dari upaya pencegahan terhadap gangguan fungsi kognitif dan demensia, melaksanakan aktifitas fisik dan menghindari penurunan yang buruk pada fungsi kognitif (Juwita R. 2023).

Penurunan fungsi kognitif pada lansia juga merupakan penyebab terbesar terjadinya ketidakmampuan dalam melakukan aktifitas normal sehari-hari, serta menyebabkan terjadinya ketergantungan terhadap orang lain untuk merawat diri sendiri pada lansia (Chayruman, Moh. 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti menyatakan bahwa dalam penelitian ini mayoritas lansia yang berada di Desa kedopok Kota Probolinggo diperoleh bahwa mayoritas cukup dalam kegiatan sosial dan sedang dalam keluhan fisik lansia yang artinya berarti keluarga memberikan dukungan kepada lansia belum sepenuhnya maksimal. Seperti Dukungan keluarga berupa kekhawatiran yang berlebihan atau ketidaktahuan akan pentingnya bergerak bagi lansia dapat menyebabkan ketergantungan aktivitas sehari-hari yang lebih

tinggi dan sebaliknya dukungan keluarga yang tepat akan memperbaiki atau mempertahankan kemampuan aktivitas sehari-hari lansia.

Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Berdasarkan hasil yang didapat bahwa hubungan Keaktifan kegiatan sosial dengan kualitas hidup lansia adalah $\rho = 0,006$ dengan tingkat signifikan nilai $\rho < 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan antara Keaktifan kegiatan sosial dengan kualitas hidup lansia pada lansia di desa kedopok kota probolinggo.

Kualitas hidup sebagai prasaan sejahtera individu, yang berasal dari puas tidak puas individu dengan area kehidupan yang penting baginya. Kualitas hidup merupakan suatu persepsi seseorang terhadap kesehatan fisik, sosial dan emosional dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang ditunjang dengan terpenuhinya kebutuhan sehari-hari (Ekasari, 2018).

Kualitas hidup baik yaitu tidak merasa putus asa, pembatasan makanan, kesejahteraan psikologis baik, mengungkapkan dirinya sebagai orang yang sangat bahagia dan puas terhadap apa yang telah dilalui sepanjang hidupnya, mengambil keputusan sendiri, mengontrol dan memahami apa yang terbaik bagi dirinya dan tubuhnya, merasa nyaman tinggal di rumahnya karna dekat dengan tetanga, dan bebas berkegiatan di rumah (Kamilah, Ita Jauharatul. 2022).

Hasil penelitian mengemukakan bahwa Kualitas hidup juga dipengaruhi oleh kelompok usia karna sebagian responden memiliki kelompok usai mayoritas 40-47 tahun yaitu sebanyak 22 responden (52.4%). Aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari oleh lansia mempunyai korelasi positif yang bermakna kepada kualitas hidup, yang berarti bahwa semakin lansia mandiri dalam melakukan aktivitas fisik sehingga kualitas hidup lansia akan bertambah baik. Sehingga, dengan melakukan aktivitas fisik yang baik bisa meningkatkan harapan hidup yang lebih panjang. Keterbatasan kemampuan dan keterampilan, sering memaksa lansia untuk bekerja di sektor yang relatif tidak menuntut kemampuan yang tinggi. Karena tuntutan keadaan juga, mereka terpaksa harus terus bekerja bahkan ketika sudah memasuki masa lanjut usia. Seringkali anak dan cucu juga menjadi tanggung jawab mereka dan bergantung kepada lansia.

Analisis Faktor Dominan yang mempengaruhi Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Keluhan fisik lansia dan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo

Hasil uji hipotesis yang dilakukan pada 42 responden pada Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo menunjukkan bahwa hipotesis penelitian adalah adanya hubungan antara Keaktifan Kegiatan Sosial dengan Keluhan fisik lansia dan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedopok Kota Probolinggo diterima. Hasil uji analisis dengan menggunakan *Regresi logistic ordinal* untuk mengetahui variabel paling dominan didapatkan oleh variabel kualitas hidup yang lebih berpengaruh kuat dalam keaktifan kegiatan sosial dengan nilai $\rho = 0,016 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga, maka semakin tinggi keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia. Sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga, maka semakin rendah pula keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan di posyandu lansia (Gunena J, et al. 2023).

Dukungan keluarga sangat berperan dalam mendorong minat atau kesediaan lansia untuk aktif dalam kegiatan sosial seperti posyandu lansia. Keluarga bisa menjadi motivator yang kuat bagi lansia apabila selalu menyediakan diri untuk menyediakan perlengkapan, mendampingi dan mengantar lansia ke posyandu, mengingatkan jadwal posyandu serta ikut membantu mengatasi masalah bersama lansia (Rumilang B, 2023).

Peneliti menyimpulkan bahwa dari hasil penelitian Faktor-faktor seperti dukungan sosial dan persepsi terhadap lingkungan, sangat berpengaruh terhadap kondisi para lansia

untuk memperoleh kualitas hidup yang baik. Kurangnya dukungan sosial yang dirasakan nampak dari keluhannya bahwa ia cenderung merasa sendiri, tidak memiliki teman dan jarang bergaul dengan tetangga. Lansia yang tidak mendapatkan perhatian dari anak-anak mereka yang sudah dewasa, kematian istri atau suami dapat menjadi faktor pemicu munculnya rasa kesepian.

SIMPULAN DAN SARAN

Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial Dengan Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Fisik Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. Bahwa dari 42 responden sebanyak 20 responden (47,6%) menyatakan Keaktifan kegiatan Sosial mengarah ke kategori cukup pada Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. Disimpulkan bahwa dari 42 responden sebanyak 29 responden (69,0%) menyatakan keluhan fisik lansia mengarah ke kategori sedang pada Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. Disimpulkan bahwa dari 42 responden sebanyak 20 responden (47,6%) menyatakan kualitas hidup lansia mengarah ke kategori cukup pada Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. Ada Hubungan keaktifan kegiatan sosial dengan keluhan fisik pada Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo yaitu $p\ value = 0,002$. Ada Hubungan keaktifan kegiatan sosial dengan kualitas hidup pada Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo yaitu $p\ value = 0,006$. Faktor yang paling dominan mempengaruhi keaktifan kegiatan sosial adalah Kualitas Hidup dengan $p\ value = 0,016$.

Bagi lahan penelitian diharapkan lansia dapat mengingatkan lansia untuk menyempatkan hadir mendatangi ke posyandu lansia untuk memperhatikan kondisi kesehatannya, Untuk pemograman lansia dalam kualitas hidup lansia di desa kedopok bisa dengan meningkatkan kualitas hidup para orang tua yang lebih rentan terhadap penyakit, dengan program Hidup sehat Lansia seperti Pemeriksaan kondisi mental, Pemeriksaan status gizi, Pengukuran tekanan darah, dan Pemeriksaan laboratorium sederhana, seperti pemeriksaan asam urat, kolesterol dan gula darah. Serta pihak Pelayanan kesehatan setiap bulan bisa memberikann Kegiatan kelompok seperti Pemberian makanan tambahan, Kunjungan rumah oleh petugas dan kader, dan Kegiatan olahraga (senams ehat lansia). Peneliti Selanjutnya Dari hasil penelitian sebagai penambah informasi untuk pengembangan peneliti lebih lanjut, khususnya bagi peneliti keperawatan yang ingin melakukan pengembangan terhadap kondisi fisik dan psikologis lansia terkait yang mencangkup dengan penelitian tentang hubungan keaktifan kegiatan sosial dengan keluhan fisik lansia dan kualitas hidup lansia, dengan meneliti lebih fokus tentang kegiatan setiap hari yang dilakukan pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, E., Herman, & Yoga Pramana. (2021). *Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia : Literature Review*. Junrnal ProNers.
- Chayruman, Moh. (2023). *Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Activity Daily Living Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Panaguan Kabupaten Pamekasan*. Diss. Universitas wiraraja Madura
- Ekasari, Winarti, dkk.2018. *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Strategi Intervensi Penerbit Wineka Media*. Jakarta.
- Gunena, J., & Sari, A. B. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Frekuensi Kunjungan Lanjut Usia Ke Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Tahuna Barat*. Mapalus Nursing Science Journal, 1(1), 73-79
- Gustian, M. A., & Palmizal, P. (2021). *Motivasi Lansia Pada Aktivitas Olahraga*. Jurnal

Olahraga dan Kesehatan Indonesia. (JOKI)

- Inayatul Fadhillah, Ayu. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan Tingkat Pendapatan Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis Di Rsi Sultan Agung Semarang*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Juwita, R., Nulhakim, L., & Purwanto, E. (2023). *Pengaruh Senam Yoga Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Salimbatu Kecamatan Tanjung Palas Tengah*. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(2), 234-248.
- Kamilah, Ita Jauharatul. (2022). *Hubungan Spiritual Wellbeing Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Puspan Kecamatan Maron Kabupaten Probolinggo*. STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan.
- Mbaloto, Freny Ravika et al. (2023). *Terapi Aktivitas Okupasi Untuk Meningkatkan Produktivitas Lansia*. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 3.1 (2023): 155-159.
- Muhammad Nur & Hamid Mukhlis. (2020). *Kualitas Hidup Ditinjau Dari Pengetahuan Keluarga Tentang Perawatan Lansia*. Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung. P-ISSN: 2716- 3822
- Pamungkas, L., Noorhidayah, N., & Widiastuti, H. P. (2019). *Pengaruh Latihan Jalan Tandem Terhadap Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari Dan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Uptd Pstw Nirwana Puri Samarinda Tahun 2018*.
- Pomarida Simbolon & Nagoklan Simbolon (2023). *Korelasi Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia*. STIKes Santa Elisabeth Medan.
- Purwati, Ayu Endang, Et Al. (2023). *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah, Glukosa Darah Dan Edukasi Menggunakan Media Informasi*. Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat
- Rumilang, B. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Kunjungan Lansia Ke Posyandu Lansia Di Desa Korleko Wilayah Kerja Puskesmas Korleko*. (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hamzar.
- Sabono, Lussy Gimerlin. (2022). *Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Masohi, Kabupaten Maluku Tengah*. Universitas Hasanuddin
- Sitanggang, Y. Frisca, S., Sihombing, R. M., Koerniawan, D., Tahulending, P. S., Febrina, C. & Siswadi, Y. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Kita Menulis
- T. Eltrikanawati, & Simatupang, N. D. (2021). *Efektifitas Asuhan Keperawatan Dengan Terapi Mandi Air Hangat Dalam Mengatasi Gangguan Pola Tidur Pada Lansia*. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*
- Triprabowo, Hendri, Achmad Kusyairi, And Ainul Yaqin Salam. (2023). *Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Loneliness Pada Pasien Lansia Di Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*