

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA, PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL DAN TINGKAT KEMANDIRIAN *ACTIVITY OF DAILY LIVING* (ADL) DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DESA KEDUNG RUKEM**

**Diana Aura Lita<sup>1</sup>, Ervi Suminar<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Gresik**

*Email* : [dianaauralita12@gmail.com](mailto:dianaauralita12@gmail.com)<sup>1</sup>, [ervisuminar@umg.ac.id](mailto:ervisuminar@umg.ac.id)<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

Pendahuluan: Orang tua sering menghadapi tantangan dalam hidup. Ada banyak kemunduran yang terjadi seperti rendahnya dukungan teman sebaya, tidak aktif menggunakan media sosial dan Activity of Daily Living(ADL) mandiri yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial dan tingkat kemandirian dalam kegiatan kehidupan sehari-hari (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem. Metode: Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasinya adalah 151 lansia, sampel 110 lansia diperoleh dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner tentang dukungan sebaya, penggunaan media sosial, tingkat kemandirian ADL dan kualitas hidup. Analisis data uji statistik Chi-Square. Hasil: Hasil uji korelasi dukungan sebaya dengan kualitas hidup diperoleh nilai p 0,005, hasil uji korelasi penggunaan media sosial dengan kualitas hidup diperoleh nilai p 0,097 dan hasil uji korelasi tingkat kemandirian ADL dengan kualitas hidup diperoleh nilai p 0,004. Kesimpulan: Ada hubungan antara dukungan sebaya dan tingkat kemandirian dalam Kegiatan Kehidupan Sehari-hari (ADL) dan kualitas hidup lansia dan tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dan kualitas hidup lansia. Untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, dilakukan upaya promosi kesehatan promotif dan preventif untuk kelangsungan hidup lansia.

**Kata Kunci:** Lansia, Teman Sebaya, Media Sosial, Kualitas Hidup.

**PENDAHULUAN**

Penuaan atau penuaan adalah proses akhir dalam siklus hidup manusia. Usia tua merupakan peristiwa yang pasti akan dialami oleh setiap orang yang diberkati dengan umur panjang dan kejadiannya tidak dapat dihindari oleh siapa pun. Lansia atau lansia adalah kelompok usia pada manusia yang telah memasuki tahap akhir fase kehidupannya (Suminar et al., 2023). Dalam dukungan sosial teman sebaya, tidak jarang lansia membutuhkan komunikasi yang termotivasi, mendukung, dan mengajak untuk melakukan sesuatu. Komunikasi dapat berupa komunikasi langsung atau tatap muka dan komunikasi tidak langsung melalui media sosial. Tidak jarang lansia memiliki media sosial untuk berkomunikasi dengan teman sebayanya (Haris et al., 2015).

Lansia mengalami perubahan fisik akibat penuaan, yang menyulitkan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Penurunan fisik fisiologis akibat bertambahnya usia mengakibatkan penurunan aktivitas fisik seperti berdiri, berjalan dan melakukan aktivitas sehari-hari. Kurangnya keterampilan realitas, yang mengakibatkan ketidakpedulian terhadap lingkungan dan diri sendiri, adalah penyebab ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari atau Activity of Daily Living(ADL) (Saputri et al., 2023).

Lansia di Indonesia termasuk dalam populasi yang cukup besar, sehingga ditemukan dari penelitian bahwa 75,4% lansia memiliki dukungan sebaya yang rendah dan sebanyak 24,6% memiliki dukungan sebaya yang tinggi (Bahtiar et al., 2023). Kualitas hidup lansia dalam hal ini juga dipertimbangkan, seperti halnya di Indonesia. Sebanyak 16% lansia

memiliki kualitas hidup yang rendah, 58% memiliki kualitas hidup sedang dan 16% memiliki kualitas hidup yang tinggi. Dengan demikian, kemandirian ADL lansia dengan kualitas hidup dapat dikatakan berkelanjutan (Saputri et al., 2023).

Lansia sering mengalami dukungan teman sebaya yang buruk, karena lansia cenderung lebih suka acuh tak acuh terhadap sesamanya. Di sisi lain, lansia lebih suka berkumpul untuk berinteraksi dengan orang lain, yang membuat lansia merasa lebih bahagia, sedangkan lansia yang acuh tak acuh cenderung merasa lebih kesepian (Fadhila et al., 2017). Dalam kehidupan lansia, lansia membutuhkan interaksi sosial yang baik agar lansia memiliki kualitas hidup yang tinggi. Interaksi sosial bagi lansia diperoleh melalui interaksi melalui media sosial. Media sosial dijadikan tempat hiburan bagi lansia dengan mengirimkan foto, video, dan konten kepada orang lain yang menurutnya menarik sehingga pesan yang dikirim diharapkan dapat menjadi hiburan bagi lansia maupun bagi orang lain (Wuriyanti & Febriana, 2022).

Lansia sering mengalami penurunan kondisi fisik yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Aktivitas teratur dapat meningkatkan hubungan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan kesehatan mental. Banyak lansia mengalami penurunan ADL sehingga hubungan sosial menurun dan kesehatan mental menurun sehingga kualitas hidup lansia didapatkan. Ini adalah masalah yang perlu diperhatikan dalam kehidupan lansia (Kiik et al., 2018). Dukungan teman sebaya yang buruk pada lansia dapat diatasi dengan program sosial dan ajakan untuk berinteraksi sehingga lansia tidak merasa kesepian dan acuh tak acuh terhadap lingkungan. Dengan adanya media sosial, lansia juga mendapatkan dukungan dari teman-temannya karena lansia sering mengirimkan konten yang menurut mereka inspiratif sehingga lansia merasa bahagia, hal ini mempengaruhi kualitas hidup lansia (Madanih & Purnamasari, 2021).

Dalam meningkatkan tingkat kemandirian lansia, dapat dilakukan promosi kesehatan khususnya pada aktivitas fisik yang berfokus pada latihan mobilitas untuk meningkatkan kekuatan otot, keseimbangan, dan aktivitas kehidupan. Selain itu, pemberian intervensi kognitif juga sangat diperlukan agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia (Madanih & Purnamasari, 2021).

Kualitas hidup lansia dapat dikatakan baik jika kesehatan fisik, psikologis, dan interpersonal lansia dapat terpenuhi dengan baik. Dengan dukungan teman sebaya yang mendukung, kualitas hidup lansia cenderung tinggi. Interaksi sosial dengan teman sebaya melalui media sosial dan kesehatan fisik berupa kemandirian dalam melakukan ADL akan mempengaruhi kualitas hidup lansia (Andesty & Syahrul, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Kedung Rukem, Kecamatan Benjeng, sebanyak 10 orang yang telah diwawancarai, 4 lansia dengan dukungan teman sebaya negatif dan 6 lansia dengan dukungan sebaya positif. 5 lansia aktif menggunakan media sosial dan 5 lansia tidak aktif menggunakan media sosial. Lansia dengan ketergantungan parsial adalah 7 orang dan lansia mandiri sebanyak 3 orang. Berdasarkan latar belakang pemaparan dan studi pendahuluan di atas, dilakukan kajian tentang hubungan antara peer support, penggunaan media sosial dan kemandirian ADL dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

## **METODE**

### **Desain**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan desain cross-sectional. Studi cross-sectional adalah metode penelitian yang

mempelajari risiko dan dampak melalui observasi. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data secara bersamaan atau bersamaan. Penelitian ini perlu dipublikasikan untuk memberikan gambaran dan pengetahuan kepada peneliti bahwa ada metode penelitian yang dapat dilakukan hanya dengan 1x pengumpulan data (Andesty & Syahrul, 2018).

### **Populasi, Sampel dan Pengambilan Sampel**

Populasi yang diteliti mengacu pada semua orang, objek, atau peristiwa yang menjadi fokus penelitian (Susanto et al., 2024). Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah seluruh lansia yang tinggal di Desa Kedung Rukem, Kecamatan Benjeng, Kabupaten Gresik sebanyak 151 orang. Sampel penelitian mengacu pada semua unit analisis yang memiliki karakteristik yang sama atau memiliki hubungan yang signifikan dengan topik penelitian yang diteliti dan dianggap mewakili populasi penelitian (Susanto et al., 2024). Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Desa Kedung Rukem, Kecamatan Benjeng, Kabupaten Gresik sebanyak 110 orang yang diperoleh dari perhitungan rumus Slovin.

### **Variabel**

Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan sebaya, penggunaan media sosial dan tingkat kemandirian Activity of Daily Living (ADL). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kualitas hidup lansia.

### **Instrumen**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: kuesioner dukungan sebaya, kuesioner penggunaan media sosial, kuesioner tingkat kemandirian ADL dengan indeks Barthel dan kuesioner kualitas hidup WHOQOL-Brief.

### **Prosedur**

Prosedur penelitiannya adalah:

- a) Mengurus izin penelitian ke TU Universitas Muhammadiyah Gresik
- b) Meminta izin dari Puskesmas Benjeng dan Desa Kedung Rukem untuk melakukan penelitian.
- c) Mengusulkan kelayakan etika penelitian
- d) Melaksanakan ujian kelayakan etika penelitian dan mendapatkan sertifikat kelayakan etika dengan Nomor: 069/KET/II.3.UMG/KEP/A/2024
- e) Jelaskan kepada responden tentang penelitian dan apakah responden bersedia menandatangani persetujuan informend.
- f) Sebarkan kuesioner kepada responden.
- g) Responden mengisi daftar pertanyaan pada kuesioner didampingi oleh peneliti, jika kuesioner selesai diajukan kembali kepada peneliti.
- h) Setelah kuesioner dikumpulkan, peneliti mengolah data tersebut.
- i) Penyusunan hasil penelitian.

### **Analisis Data**

Analisis univariat adalah prosedur yang mengelompokkan data dengan mendeskripsikannya secara ilmiah dan meringkasnya dalam tabel. Bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik masing-masing variabel penelitian (Lumbantobing, 2022). Dalam penelitian ini, kami menganalisis distribusi frekuensi dan persentase data dari variabel dukungan sebaya, penggunaan media sosial, kemandirian ADL dan variabel kualitas hidup pada lansia. Analisis bivariat adalah metode yang dilakukan untuk dua variabel yang diduga berkorelasi (Marni, 2019). Nilai p dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$  dimana nilai  $p < 0,05$  kemudian  $H_0$  ditolak, dan  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan antara peer support dengan kualitas hidup lansia, ada hubungan antara

penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia dan ada hubungan antara tingkat kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dengan kualitas hidup lansia. Jika  $p \geq \alpha$ ,  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak maka itu berarti tidak ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia, tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia dan tidak ada hubungan antara tingkat kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dengan kualitas hidup lansia.

**Klirens Etik**

Penelitian ini disetujui oleh badan etik kelembagaan dengan nomor sertifikat: 069/KET/II.3.UMG/KEP/A/2024.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Distribusi Frekuensi Menurut Karakteristik Demografi Lansia di Desa Kedung Rukem Tahun 2024**

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis kelamin	Pria	42	38.2%
	Wanita	68	61.8%
Usia	60-69 tahun	96	87%
	70-88 tahun	14	13%
Tingkat Pendidikan	SD	66	60%
	Sekolah Menengah Pertama	29	26.4%
	Sekolah menengah D3/S1	13	11.8%
		2	1.8%
Status Perkawinan	Menikah	91	82.7%
	Belum menikah	0	0%
	Perceraian	19	17.3%
	Hidup/Mati		

Sebaran frekuensi berdasarkan jenis kelamin lansia di Desa Kedung Rukem sebagian besar lansia dengan jenis kelamin perempuan 68 orang (61,8%). Sebaran frekuensi berdasarkan usia lansia di Desa Kedung Rukem hampir seluruhnya 96 orang berusia 60-69 tahun (87%). Distribusi frekuensi berdasarkan jenjang pendidikan lansia di Desa Kedung Rukem sebagian besar lansia dengan jenjang pendidikan dasar 66 orang (60%). Sebaran frekuensi berdasarkan status perkawinan lansia di Desa Kedung Rukem hampir seluruhnya lansia dengan status nikah sebanyak 91 orang (82,7%).

**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Sebaya Lansia di Desa Kedung Rukem Tahun 2024**

Tidak.	Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase
1	Negatif	99	90%
2	Positif	11	10%
	Jumlah	110	100%

Berdasarkan tabel 2, distribusi frekuensi berdasarkan dukungan teman sebaya lansia di Desa Kedung Rukem hampir seluruhnya lansia dengan dukungan teman sebaya negatif sebanyak 99 orang (90%).

**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pemanfaatan Media Sosial Lansia di Desa Kedung Rukem Tahun 2024**

Tidak.	Penggunaan Media Sosial	Frekuensi	Persentase
1	Tidak aktif	79	71.8%

2	Aktif	31	28.2%
Jumlah		110	100%

Berdasarkan tabel 3, sebaran frekuensi berdasarkan penggunaan media sosial di kalangan lansia di Desa Kedung Rukem sebagian besar adalah lansia dengan penggunaan media sosial yang tidak aktif sebanyak 79 orang (71,8%).

**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kemandirian Aktivitas Lansia Kehidupan Sehari-hari (ADL) di Desa Kedung Rukem Tahun 2024**

Tidak.	Tingkat Kemandirian ADL	Frekuensi	Persentase
1	Ketergantungan Total	3	2.7%
2	Dependensi Parsial	7	6.4%
3	Mandiri	100	90.9%
Jumlah		110	100%

Berdasarkan tabel 4, distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kemandirian *Kegiatan Kehidupan Sehari-hari* (ADL) lansia di Desa Kedung Rukem hampir seluruhnya lansia dengan tingkat kemandirian ADL mandiri 100 orang (90,9%).

**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedung Rukem Tahun 2024**

Tidak.	Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	7	6.4%
2	Simpan	60	54.5%
3	Tinggi	43	39.1%
Jumlah		110	100%

Berdasarkan tabel 5, distribusi frekuensi berdasarkan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem sebagian besar adalah 60 lansia dengan kualitas hidup sedang (54,5%).

**Hubungan Dukungan Sebaya dan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedung Rukem**

Dukungan Teman Sebaya	Kualitas Hidup						Jumlah	nilai-p	
	Rendah		Simpan		Tinggi				
	N	%	N	%	N	%			
Negatif	6	5.5	5	53.6	34	30.9	99	100	0.005
Positif	1	0.9	1	0.9	9	8.2	11	100	
Jumlah	7	6.4	6	54.0	43	39.1	110	100	

Berdasarkan tabel 6 tentang hubungan antara peer support dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem, dari 110 lansia di Desa Kedung Rukem, sebagian besar lansia dengan dukungan teman sebaya negatif dengan kualitas hidup sedang adalah 59 lansia (53,6%). Hasil analisis korelasi Chi-Square nilai  $p < 0,005 < \alpha$  menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

**Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedung Rukem**

Penggunaan Media Sosial	Kualitas Hidup						Jumlah	nilai-p	
	Rendah		Simpan		Tinggi				
	N	%	N	%	N	%			
Tidak aktif	6	5.5	47	42.7	26	23.6	79	100	0.097
Aktif	1	0.9	13	11.8	17	15.5	21	100	

		9			5				
Jumlah	7	6.4	60	54.5	43	39.1	110	100	

Berdasarkan tabel 7 dari hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem, dari 110 lansia di Desa Kedung Rukem, separuh lansia dengan penggunaan media sosial yang tidak aktif dengan kualitas hidup sedang adalah 47 lansia (42,7%). Hasil analisis korelasi Chi-Square nilai  $p = 0,097 < \alpha$  menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

### Hubungan Tingkat Kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kedung Rukem

Tingkat Kemandirian Activity of Daily Living(ADL)	Kualitas Hidup						Jumlah		nilai-p
	Rendah		Simpang		Tinggi		N	%	
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Ketergantungan Total	0	0.0	2	1.8	1	0.9	3	100	0.042
Dependensi Parsial	2	1.8	5	4.5	0	0.0	7	100	
Mandiri	5	4.5	53	48.2	42	38.2	100	100	
Jumlah	7	6.4	60	54.5	43	39.1	110	100	

Berdasarkan tabel 8 tentang hubungan antara tingkat kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dengan kualitas hidup, dari 110 lansia di Desa Kedung Rukem, separuh lansia dengan tingkat kemandirian ADL mandiri dengan kualitas hidup sedang adalah 53 lansia (48,2%). Hasil analisis korelasi Chi-Square nilai  $p = 0,042 < \alpha$  menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat Kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

### Pembahasan

#### Hubungan Dukungan Sebaya dengan Kualitas Hidup Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem, hal ini dapat dilihat dari hasil uji statistik dengan nilai  $p = 0,005$  dimana nilainya  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima sehingga ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan *dkk.* (2024) k di Unit Layanan Sosial Glenmore diperoleh *nilai-p*  $0,004 < \alpha = 0,005$ , artinya ada  $H_0$  yang ditolak dan  $H_a$  diterima atau ada hubungan dukungan sebaya dengan kualitas hidup.

Dukungan sosial dari teman sebaya mempengaruhi reaksi dan perilaku lansia, berdampak besar pada kesejahteraan, kenyamanan, atau kualitas hidup lansia. Dukungan sosial yang diterima lansia dari teman-temannya akan mendorong mereka untuk lebih puas dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan permasalahan yang mereka hadapi (Pradana *dkk.*, 2021).

Dukungan sosial yang diterima lansia dari berbagai sumber mempengaruhi kualitas hidup mereka. Berdasarkan temuan penelitian bahwa dukungan sosial merupakan mediator penting dalam memecahkan masalah pribadi, tidak semua orang mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dan membutuhkan bantuan orang lain. Hal ini dapat terjadi karena orang tersebut adalah anggota keluarga, teman sekolah atau tempat kerja, kegiatan keagamaan, atau kelompok lain. Lansia membutuhkan dukungan untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi dan melakukan aktivitas sehari-hari agar dapat mencapai kualitas hidup yang baik (Kurniawan *dkk.*, 2024).

Para peneliti berpendapat bahwa ada hubungan antara dukungan teman sebaya dan kualitas hidup orang tua. Karena dukungan teman sebaya menciptakan lingkungan yang positif, yang dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang. Dukungan teman sebaya dapat memberikan rasa penerimaan dan pengertian kepada orang tua. Ini membantu mengurangi perasaan kesepian yang dirasakan orang tua dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan *et al.*, (2024), juga dikatakan bahwa peer support dapat memotivasi lansia untuk menerima segala kondisinya, ada kesamaan nasib yang dapat membuat lansia merasa tidak kesepian sehingga terkait dengan kualitas hidup lansia

Rekan sebaya sering memberikan dorongan positif, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang dan mendorong mereka untuk menghadapi tantangan. Tidak jarang lansia tidak percaya diri baik dari segi fisik, mental maupun psikososial. Dukungan teman sebaya lansia sangat dibutuhkan agar lansia merasa memiliki nasib yang sama dan dapat menerima kondisi tersebut dengan hati terbuka (Kurniawan *et al.*, 2024).

### **Hubungan antara penggunaan media sosial dan kualitas hidup lansia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem, hal ini terlihat dari hasil uji statistik *nilai-p* 0,097 di mana nilainya adalah  $\alpha=0,05$ . Dengan demikian,  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak sehingga tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Madanih & Purnamasari (2021) bahwa penggunaan media sosial dapat memberikan dukungan sosial kepada penggunanya dan ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia.

Konon pemanfaatan media sosial sebagai hiburan dan sarana berinteraksi dengan orang lain melalui jejaring sosial dapat menumbuhkan kebahagiaan sehingga kualitas hidup lansia menjadi lebih baik. Meskipun penggunaan media sosial berdampak positif terhadap peningkatan fungsi sosial dan interaksi lansia, serta meningkatkan pengetahuan dan perilaku lansia terkait kondisi kesehatan, penggunaan media sosial juga berdampak negatif berupa meningkatnya isolasi sosial. Manula menghabiskan lebih banyak waktu untuk mengakses media sosial daripada berinteraksi dengan orang lain, jadi penting untuk berinteraksi secara tatap muka. Kondisi ini dapat memicu gangguan kesehatan fisik seperti kualitas istirahat dan tidur yang buruk akibat peningkatan waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial (Jamil & Shahrom, 2022).

Peneliti berpendapat bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup pada lansia karena keterbatasan ekonomi menjadi salah satu faktor lansia yang tidak aktif menggunakan media sosial, karena harga kuota internet yang relatif mahal sehingga kurang tertarik untuk menggunakan media sosial. Selain itu, banyak lansia yang tidak terbiasa dengan perangkat teknologi dan aplikasi media sosial, sehingga sulit menggunakannya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Jamil & Shahrom (2022), juga dikatakan bahwa lansia dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah tidak dapat mengakses internet, sehingga kualitas hidupnya relatif rendah

### **Hubungan Tingkat Kemandirian Activity of Daily Living(ADL) dan Kualitas Hidup Lansia**

HASIL PENELITIAN MENUNJUKKAN BAHWA TERDAPAT HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEMANDIRIAN *Activity of Daily Living(ADL)* dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem, hal ini dapat dilihat dari hasil uji statistik *dengan nilai p* 0,024 dimana nilainya  $\alpha=0,05$  dan diperoleh hasil  $r$  0,215 (korelasi positif dan sangat

lemah). Dengan demikian, H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima sehingga ada hubungan antara tingkat kemandirian *Activity of Daily Living*(ADL) dengan kualitas hidup lansia. Nilai korelasinya positif dan merupakan korelasi yang sangat kuat di mana semakin tinggi tingkat kemandirian ADL, semakin tinggi kualitas hidup pada lansia.

Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wildhan *dkk.*, (2022) *Activity of Daily Living* ini memiliki nilai  $P < 0,05$  dan nilai korelasi (R) 0,006. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *Activity of Daily Living* memiliki hubungan yang cukup dengan kualitas hidup orang tua. Dalam penelitiannya, dikatakan bahwa tingkat kemandirian lansia dipengaruhi oleh usia dan gangguan imobilisasi.

Manula yang memiliki kesehatan fisik yang baik cenderung lebih mandiri dalam ADL mereka. Sebaliknya, kondisi fisik yang memburuk (seperti radang sendi, penyakit jantung, atau keterbatasan mobilitas lainnya) sering mengakibatkan penurunan kemandirian ADL, yang secara langsung berdampak pada kualitas hidup. Oleh karena itu, menjaga atau meningkatkan kesehatan fisik melalui olahraga, pola makan sehat, dan pengobatan penyakit kronis sangat penting untuk menjaga kemandirian dan kualitas hidup lansia (Suminar et al., 2023).

Para peneliti berpendapat bahwa manula mandiri berada dalam situasi di mana semua *Activity of Daily Living* dilakukan sepenuhnya secara mandiri atau tanpa bantuan. Di antara lansia yang sangat bergantung pada aktivitas tertentu dan membutuhkan bantuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, sebagian besar responden ditemukan dalam keadaan sehat, tetapi ada juga yang status kesehatannya kurang sehat dibandingkan lansia. Penyebab buruknya kesehatan pada lansia adalah fungsi fisik yang menurun seiring bertambahnya usia, sehingga sulit untuk beraktivitas. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wildhan et al., (2022) juga dikatakan bahwa lansia mandiri karena usia dan kesehatan fisik sehingga melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan tidak membutuhkan bantuan dari orang lain. Dalam memenuhi kegiatan tersebut secara mandiri, menghasilkan kualitas hidup yang tinggi bagi lansia.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, disimpulkan bahwa:

1. Hampir seluruh lansia di Desa Kedung Rukem mendapatkan dukungan teman sebaya negatif sebanyak 99 (90%) orang.
2. Sebagian besar lansia di Desa Kedung Rukem tidak aktif menggunakan media sosial sebanyak 79 orang (71,8%) orang.
3. Hampir seluruh lansia di Desa Kedung Rukem mandiri dalam melaksanakan Kegiatan Kehidupan Sehari-hari (ADL) sebanyak 100 orang (90,9%) orang.
4. Sebagian besar lansia di Desa Kedung Rukem memiliki kualitas hidup moderat yaitu 60 (54,5%) orang.
5. Ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem dengan nilai  $p < 0,005$ .
6. Tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem dengan nilai  $p > 0,097$ .

Ada hubungan antara tingkat kemandirian *Activity of Daily Living*(ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem tahun 2024 dengan nilai  $p < 0,042$ .

## **DAFTAR PUSTAKA**

Andesty, D., & Syahrul, F. (2018). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di

- Unit Pelayanan Terpadu (UPTD) Griya Werdha Kota Surabaya Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 169–180. <https://doi.org/10.20473/ijph.v11i1.2018.169-180>
- Bahtiar, B., Rahma, APN, Nopriyanto, D., & Nur, SRF (2023). Gambaran Tingkat Depresi dan Dukungan Teman Sebaya pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda Kalimantan Timur. *Jurnal Inovasi Keperawatan*, 2(2), 53–60. <https://doi.org/10.61923/jni.v2i2.16>
- Dewanti, KS (2019). Pengaruh penyuluhan tentang posyandu balita terhadap pengetahuan ibu balita di banjar dalem desa songan b kecamatan kintamani. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali.
- Fadhila, D., Kurniawan, D., & Nauli, FA (2017). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Pemenuhan Instrumental Activity Of Daily Living Pada Lansia. *Jurnal Vokasi Keperawatan*, 5(2), 156–164. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.23091>
- Haris, N., Majid, R. A., Abdullah, N., & Osman, R. (2015). Peran Media Sosial Dalam Mendukung Kualitas Kehidupan Sehari-hari Lansia. *Prosiding - Konferensi Internasional ke-3 2014 tentang Ilmu dan Teknik Pengguna: Pengalaman. Insinyur. Terlibat, i-USER 2014*, 253–257. <https://doi.org/10.1109/IUSER.2014.7002712>
- Jamil, NB, & Shahrom, M. (2022). Penerimaan dan Penggunaan Media Sosial di Kalangan Lansia selama Pandemi COVID-19 di Malaysia Penerimaan dan Penggunaan Media Sosial di kalangan Lansia selama Pandemi COVID-19 di Malaysia. April.
- Kiik, SM, Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Kurniawan, S., Haswita, H., & Safitri, ND (2024). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dan Kesehatan Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di UTP Dinas Sosial Glenmore Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 11(01), 74–81. <https://doi.org/10.55500/jikr.v11i1.222>
- Lumbantobing, SS (2022). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity of Daily Living Di Puskesmas Bane Kota Pematang Siantar Tahun 2022. *STIKES Pernapasan Santa Elisabeth Medan*, 19–25.
- Madanih, R., & Purnamasari, O. (2021). Hubungan Penggunaan Media Sosial Sebagai Alat Komunikasi Dengan Kebahagiaan Lanjut Usia Di Indonesia. *Perspektif Komunikasi: Jurnal Ilmu Komunikasi Politik dan Komunikasi Bisnis*, 5(1), 99. <https://doi.org/10.24853/pk.5.1.99-109>
- Marni. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 12–18. <https://doi.org/10.36419/jkebid.v10i1.240>
- Pradana, A. E., Zulfitri, R., & Nopriadi, N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 4(2), 62–67. <https://doi.org/10.47539/jktp.v4i2.225>
- Saputri, A., Kurniawan, W. E., & Sumarni, T. (2023). kemandirian, aktivitas kehidupan sehari-hari, kualitas hidup, lansia C. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 14 No. 4, 519–526. <https://doi.org/10.36089/nu.v14i4.1825>
- Suminar, E., Widiyawati, W., Nikmah, N., & Inayah, Z. (2023). Penyuluhan Senam Lansia Untuk Meningkatkan Kesehatan Di Panti Jompo Lestari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (IJCDH)*, 3(01), 14. <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v3i01.4752>
- Susanto, PC, Arini, D. U., Yuntina, L., Panatap, J., & Nuraeni. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif : Populasi , Sampel , dan Analisis Data ( Sebuah Tinjauan Pustaka ). *Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1>
- Wildhan, R. Y., Suryadinata, R. V., & Artadana, IBM (2022). Hubungan Tingkat Activity Daily Living (ADL) dan Kualitas Hidup Lansia di Magetan. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 2(1), 88. <https://doi.org/10.30742/jikw.v11i1.1578>
- Wuriyanti, O., & Febriana, P. (2022). Problematika Penggunaan New Media (Whatsapp) di Kalangan Lansia Sebagai Media Bertukar Pesan di Era Digital. *Jurnal Komunikasi*, 16(2), 161–175. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v16i2.15770>