



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 13, 2026

Revised: February, 26, 2026

Available: February, 26, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com

Abstract

Background: Increasing life expectancy has led to a continued rise in the number of elderly people, making attention to their well-being and quality of life increasingly important. One factor that plays a role in determining the quality of life for older adults is family support.

Purpose: To determine the relationship between family support and the quality of life of the elderly.

Method: This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The study population was all 40 elderly people in Panglima Sahman Village, using a total sampling technique to sample the entire population. Data were collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariate using the Chi-Square test with SPSS.

Results: The majority of elderly people (29 respondents) received family support. The quality of life of elderly people was in the adequate and good categories, respectively, with 15 respondents (37.5%). Furthermore, among elderly people who did not receive family support, the majority had a poor quality of life (45.5%). The statistical test results showed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating a significant relationship between family support and elderly people's quality of life.

Conclusion: There is a significant relationship between family support and quality of life in older adults. Family support plays a crucial role in improving the physical, psychological, and social well-being of older adults, making family involvement a key factor in efforts to improve quality of life for older adults.

Keywords: Attitude; K3RS Training; Knowledge; SMK3RS.

Pendahuluan: Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah lansia terus meningkat, sehingga perhatian terhadap kesejahteraan dan kualitas hidup lansia menjadi semakin penting. Salah satu faktor yang berperan dalam menentukan kualitas hidup lansia adalah dukungan keluarga.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh lansia di Desa Panglima Sahman sebanyak 40 orang dengan teknik total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan sampel. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat serta bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan bantuan SPSS.

Hasil: Sebagian besar lansia mendapatkan dukungan keluarga sebanyak 29 responden (72.5%). Kualitas hidup lansia berada pada kategori cukup dan baik masing-masing sebanyak 15 responden (37.5%). Kemudian pada lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga, sebagian besar memiliki kualitas hidup kurang baik (45.5%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai p value = 0.000 (< 0.05) yang berarti terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia.

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2609>

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia. Dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial lansia, sehingga keterlibatan keluarga menjadi faktor kunci dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Pelatihan K3RS; Pengetahuan; Sikap; SMK3RS.

PENDAHULUAN

Proses menua merupakan sesuatu yang tidak terhindarkan dari kehidupan manusia, dimulai sejak bayi hingga usia lanjut. Perubahan fisik dan perilaku adalah hal yang wajar terjadi seiring bertambahnya usia. Manusia mengalami perkembangan dari bayi hingga tua (Hidayah, Juana, & Amini, 2019). Semakin meningkatnya usia harapan hidup, jumlah lansia pun semakin bertambah. Hal ini menuntut perhatian lebih terhadap kesehatan dan kesejahteraan mereka. Kemajuan di bidang kesehatan berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan dan memperpanjang usia harapan hidup, sehingga jumlah penduduk yang berusia lanjut semakin meningkat (Panjaitan, 2020).

Secara demografis, penduduk berusia 60 tahun ke atas di negara berkembang diperkirakan akan meningkat 20% antara 2015–2050. Tahun 2018 Indonesia berada di urutan keempat setelah China, India, dan Jepang. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 9.77% atau sebanyak 23.9 juta dan pada tahun 2020 diperkirakan meningkat menjadi 28.8 juta jiwa (11.34%) (Santoso, 2019). Masalah yang umum terjadi pada lansia adalah meningkatnya jumlah lansia yang berada di bawah garis kemiskinan serta menurunnya nilai kekerabatan dengan berbagai kondisi kesehatan (Ningrum, Ketut, & Wati, 2019).

Semua perubahan yang terjadi pada lansia tentunya akan menjadi sumber stres serta mempengaruhi kesehatan fisik dan mentalnya. Bertambahnya usia, lansia akan mengalami banyak perubahan dan masalah, seperti penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial, atau ekonomi. Peningkatan kesejahteraan lansia juga dapat meningkatkan kualitas hidup (quality of life/QOL) lansia (Rahmawati, 2019). Namun dalam proses penuaan, penyakit, berbagai perubahan, serta penurunan fungsional yang dialami secara bertahap akan menurunkan kualitas hidup lansia (Yusselda & Wardani, 2019).

hidup adalah persepsi individu tentang hidup yang mengacu pada kesehatan fisik, sosial, mental, serta kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Kualitas hidup juga dapat diartikan sebagai pengukur kesejahteraan lansia. Kesejahteraan menggambarkan bagaimana perasaan seseorang terhadap lingkungannya (Ningrum et al., 2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup sangat luas dan kompleks. Menurut WHO, indikator kualitas hidup meliputi empat dimensi, yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Panjaitan, 2020).

Seiring proses penuaan, salah satu masalah yang dialami lansia adalah kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan teman. Sehingga, keluarga dapat menjadi tempat berbagi cerita serta memenuhi kebutuhan lansia, karena lansia tetap membutuhkan seseorang yang memahami kondisinya, salah satunya keluarga (Putri, Fitriana, & Ningrum, 2015). Keluarga juga merupakan support system paling utama bagi lansia. Bentuk dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan (Sari & Satria, 2018). Tingginya dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia sangat mempengaruhi kesejahteraan dan kualitas hidup lansia, sehingga keluarga berperan penting dalam meningkatkan kesehatan anggotanya, khususnya lansia (Wulandhani, Nurchayati, & Lestari, 2020).

Dukungan keluarga merupakan faktor penting untuk meningkatkan kepercayaan diri, memotivasi lansia, serta memberikan kebebasan dalam menghadapi perubahan fisik dan mental. Selain itu, keluarga juga dapat memberikan kesempatan kepada lansia untuk mengambil keputusan dan memecahkan masalah secara bersama-sama (Panjaitan, 2020).

Beberapa penelitian mengenai kualitas hidup lansia di panti menunjukkan bahwa pada domain fisik sebagian besar (65.0%) lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki kualitas hidup cukup,

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com

Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia

sedangkan sebagian besar (68.8%) lansia yang tinggal di panti memiliki kualitas hidup kurang (Supriani, Kiftiyah, & Rosyiah, 2021). Berdasarkan domain psikologis, sebagian besar (70%) lansia di panti memiliki kualitas hidup rendah, sementara sebagian besar (73.8%) lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki kualitas hidup cukup baik. Selain itu pada domain hubungan sosial, sebagian besar lansia di panti (80%) memiliki kualitas hidup rendah, sedangkan lansia yang tinggal bersama keluarga (67.5%) memiliki kualitas hidup cukup baik. Selanjutnya pada domain lingkungan, sebagian besar lansia yang tinggal bersama keluarga (82.5%) memiliki kualitas hidup cukup baik, sedangkan sebagian besar lansia di panti (71.3%) memiliki kualitas hidup kurang. Penelitian sebelumnya tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia menunjukkan bahwa 41.3% responden mengalami kecemasan sedang dan 27% mengalami kecemasan berat (Hidayah et al., 2019). Data penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa peningkatan kualitas hidup lansia juga memerlukan dukungan keluarga.

Survei yang dilakukan sebelumnya di Desa Panglima Sahman Kecamatan Rundeng Kota Subulussalam menunjukkan bahwa dari 8 lansia yang diwawancarai, lima lansia mengalami kesulitan mengakses layanan kesehatan karena biaya, transportasi, dan kurangnya informasi, sehingga berdampak pada kualitas hidup mereka. Penelitian

ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia di Desa Panglima Sahman Kecamatan Rundeng Kota Subulussalam (Hidayah et al., 2019).

METODE

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggambarkan hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian ini bertujuan mencari hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. Populasi yang diambil adalah Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di Desa Panglima Sahman Kecamatan Rundeng Kota Subulussalam berjumlah 40 responden.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling yang berjumlah 40 responden. Total sampling merupakan jumlah sampel yang diambil sesuai dengan jumlah populasi yang ada. Studi ini dilaksanakan di Desa Panglima Sahman Kecamatan Rundeng Kota Subulussalam pada bulan Juli-Desember tahun 2025.

Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner dan penyebaran kuisisioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis yang digunakan untuk pengujian hipotesis dilakukan dengan uji Chi-Square test. Data selanjutnya diolah dan dianalisa dengan software SPSS.

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada
Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com

HASIL**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga dan Kualitas Hidup Lansia (N=40)**

Variabel	Hasil
Dukungan Hidup Lansia (n/%)	
Tidak Mendukung	11/27.5
Mendukung	29/72.5
Kualitas Hidup Lansia (n/%)	
Kurang Baik	10/25.0
Cukup	15/37.5
Baik	15/37.5

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan bahwa mayoritas lansia mendapatkan dukungan keluarga yaitu sebanyak 29 responden (72.5%). Sementara itu, sebanyak 11 responden (27.5%) menyatakan bahwa mereka tidak mendapatkan dukungan keluarga. Selain itu, berdasarkan kualitas hidup sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang berada pada kategori cukup dan baik, masing-masing sebanyak 15 responden (37.5%). Sementara itu, sebanyak 10 responden (25%) berada pada kategori kurang baik.

Tabel 2. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia (N=40)

Dukungan Keluarga	Kualitas hidup			P. Value	α
	Kurang Baik n/%	Cukup n/%	Baik n/%		
Tidak	5/45.5	5/33.3	1/9.1	0.000	0.05
Mendukung	5/17.2	10/34.5	14/48.3		

Berdasarkan Tabel 2. menunjukan bahwa dari 11 responden lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga, sebagian besar berada pada kategori kualitas hidup yang kurang baik, yaitu sebanyak 5 responden (45.5%), kemudian 5 responden (33.3%) berada pada kategori cukup, dan hanya 1 responden (9.1%) yang memiliki kualitas hidup yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa ketiadaan dukungan keluarga cenderung berkaitan dengan rendahnya kualitas hidup lansia. Lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga tampaknya mengalami lebih banyak kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari, baik dari segi fisik, emosional, maupun sosial. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai P Value = 0.000 yang lebih kecil dari nilai α = 0.05. Sehingga, dapat dipahami bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 11 lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga, sebagian besar berada pada kategori kualitas hidup kurang baik, yaitu sebanyak 5 responden (45.5%), diikuti oleh 5 responden (33.3%) dengan kualitas hidup cukup, dan hanya 1 responden (9.1%) yang memiliki kualitas hidup baik. Data ini menggambarkan bahwa ketiadaan dukungan keluarga berkaitan erat dengan rendahnya kondisi kesejahteraan lansia secara menyeluruh. Kualitas hidup yang kurang baik pada lansia tidak hanya mencerminkan kondisi kesehatan fisik, tetapi juga berkaitan dengan aspek psikologis, sosial, dan kemampuan mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com

Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia

Temuan tersebut menunjukkan bahwa lansia yang tidak memperoleh dukungan keluarga cenderung mengalami berbagai keterbatasan, baik dalam pemenuhan kebutuhan dasar maupun dalam menjaga keseimbangan emosional. Lansia yang hidup tanpa dukungan sering merasa terisolasi, kurang diperhatikan, dan tidak memiliki tempat untuk berbagi masalah. Kondisi ini dapat memicu munculnya perasaan kesepian, kecemasan, hingga stres berkepanjangan yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kualitas hidup mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa lansia tanpa perhatian dan dukungan keluarga memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikososial serta penurunan kualitas hidup secara signifikan (Hidayati & Yuliana, 2021).

Berdasarkan perspektif teori dukungan sosial, dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan lansia. Teori ini menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri atas dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Keempat bentuk dukungan tersebut saling melengkapi dalam membantu lansia menghadapi berbagai perubahan akibat proses penuaan. Dukungan emosional, misalnya, memberikan rasa aman dan dicintai, sementara dukungan instrumental membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan praktis sehari-hari. Sehingga, keberadaan keluarga sebagai sumber dukungan utama sangat menentukan tingkat kesejahteraan dan kualitas hidup lansia (Fitriana & Wulandari, 2021).

Lansia yang mendapatkan dukungan keluarga terbukti memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang tidak mendapat dukungan. Mereka cenderung lebih mampu mengelola tekanan emosional, memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, dan menunjukkan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Dukungan keluarga juga dapat meningkatkan rasa keterikatan sosial yang merupakan salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan mental lansia. Ketika lansia merasa dihargai dan diperhatikan, mereka akan memiliki motivasi yang lebih besar untuk tetap aktif dan menjaga kesehatannya (Putri & Safitri, 2022).

Selain itu, dukungan keluarga berperan sebagai faktor protektif yang membantu lansia menghadapi berbagai perubahan yang terjadi pada masa tua.

Perubahan fisik seperti penurunan kekuatan tubuh, perubahan psikologis seperti kecemasan, serta perubahan sosial seperti berkurangnya peran dalam masyarakat dapat menjadi beban bagi lansia. Berdasarkan situasi tersebut, keluarga dapat memberikan dukungan moral, bantuan praktis, serta dorongan motivasi sehingga lansia tetap merasa memiliki makna dalam kehidupannya. Lansia yang mendapatkan dukungan keluarga biasanya menunjukkan sikap yang lebih optimis, lebih mandiri, dan lebih mampu beradaptasi dengan perubahan (Rahmawati & Suryani, 2020).

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan $p \text{ Value} = 0.000$ yang lebih kecil dari nilai $\alpha = 0.05$, sehingga dapat dipahami bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan keluarga bukan sekadar faktor pendukung, melainkan merupakan determinan penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia secara menyeluruh. Lingkungan keluarga yang suportif mampu menciptakan rasa aman, meningkatkan kesehatan mental, serta membantu lansia mempertahankan fungsi sosial dan fisiknya.

Penelitian ini juga memperkuat hasil studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa tingkat dukungan keluarga berbanding lurus dengan kualitas hidup lansia. Semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh keluarga, semakin positif pula persepsi lansia terhadap kehidupannya. Hal ini terlihat dari peningkatan kualitas hidup pada berbagai aspek, termasuk kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, serta makna spiritual dalam kehidupan lansia (Lestari & Putra, 2022). Sehingga, dukungan keluarga dapat dianggap sebagai faktor kunci dalam menjaga keseimbangan hidup lansia.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. Hal ini dibuktikan oleh hasil uji statistik yang menunjukkan $p \text{ Value} = 0.000 < 0.05$. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun kesejahteraan secara keseluruhan.

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com

Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia

Lansia yang mendapatkan dukungan keluarga cenderung memiliki kondisi hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang tidak memperoleh dukungan, sehingga keterlibatan keluarga menjadi faktor kunci dalam menciptakan lingkungan yang sehat, aman, dan mendukung bagi kehidupan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriana, A., & Wulandari, S. (2021). Peran dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia di panti werdha. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 134–142.
- Hidayah, N., Juana, A. D. N., & Amini, P. Z. C. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (Vol. 1, pp. 1477-1485).
- Hidayati, R., & Yuliana, N. (2021). Kualitas hidup lansia ditinjau dari dukungan keluarga. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 35–42.
- Lestari, D. R., & Putra, W. A. (2022). Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Setiabudi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 22–29.
- Ningrum, T. P., Ketut, D., & Wati, K. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia (studi kasus: Kelurahan Sukamiskin Bandung). *Jurnal Keperawatan*, 5(2).
- Panjaitan, B. S. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 35–43.
- Putri, R. D., & Safitri, Y. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lanjut usia di wilayah kerja Puskesmas X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45–53.
- Putri, S. T., Fitriana, L. A., & Ningrum, A. (2015). Studi komparatif: kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dan panti. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1(1), 1–6.
- Rahmawati, Y. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lanjut usia pada penderita hipertensi di Kelurahan Gayam Kabupaten Sukoharjo.
- Rahmawati, A., & Suryani, E. (2020). Peran dukungan keluarga terhadap kesehatan mental lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 120–127.
- Santoso, M. D. Y. (2019). Dukungan keluarga meningkatkan kualitas hidup lansia: Review article. *Jurnal Kesehatan*, 2, 87–96.
- Sari, Y. P., & Satria, L. O. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia osteoarthritis di wilayah kerja Puskesmas Muaro Paiti Kecamatan Kapur IX. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).
- Supriani, A., Kiftiyah, & Rosyiah, N. N. (2021). Analisis domain kualitas hidup lansia dalam kesehatan fisik dan psikologis. *Jurnal Keperawatan*, 12, 59–67.
- Wulandhani, S. A., Nurchayati, S., & Lestari, W. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia hipertensi dalam memeriksakan tekanan darahnya. *Jurnal Keperawatan*, 14, 1–10.
- Yusselda, Y., & Wardani, I. Y. (2019). Kualitas hidup lansia ditinjau dari aspek kesehatan dan fungsional. *Jurnal Aceh Medika*, 4(2), 137–149.

Dasrina¹, Desi Yulastri¹, Eka Sutrisna^{2*}, Ita Safriana²

¹ Akper Yappkes Aceh Singkil

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Eka Sutrisna. *Email: sutrisnaeka84@gmail.com