

HUBUNGAN KEAKTIFAN LANSIA BERKUNJUNG KE POSYANDU LANSIA DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PUSKESMAS MUMBULSARI JEMBER

¹Sofiana Jamilia, ¹Sofia Rhosma Dewi, ¹Komarudin

Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan

Email: sofiajml0000@gmail.com, sofia.rhosma@unmuhjember.ac.id,

komarudin@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hidup mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keaktifan lansia berkunjung ke posyandu lansia dengan kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 100 lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji Spearman Rho. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 responden, 80% lansia termasuk dalam kategori aktif berkunjung ke posyandu, dan 60% memiliki kualitas hidup baik. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keaktifan lansia berkunjung ke posyandu dengan kualitas hidup mereka (p -value = 0,001; r = 0,711). Dengan demikian, semakin aktif lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu, semakin baik kualitas hidup mereka. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan edukasi kesehatan dan dukungan keluarga agar mendorong lansia lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan posyandu guna meningkatkan kualitas hidup mereka

Kata kunci : Lansia, Keaktifan Posyandu, Kualitas Hidup

ABSTRACT

The activeness of elderly individuals in participating in elderly posyandu (integrated healthcare services) plays a crucial role in maintaining their quality of life. This study aims to analyze the relationship between the activeness of elderly visits to posyandu and their quality of life at Mumbulsari Public Health Center. The research design used was descriptive-correlative with a cross-sectional approach. The sample consisted of 100 elderly individuals selected through accidental sampling techniques. Data were collected using questionnaires, then analyzed using the Spearman Rho test. The results showed that out of 100 respondents, 80% were categorized as active in attending posyandu, and 60% had a good quality of life.

Received: Mei 2025

Reviewed: Mei 2025

Published: Mei 2025

Plagirism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under

a [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[Attribution-NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Statistical analysis revealed a significant relationship between the activeness of elderly posyandu visits and their quality of life (p -value = 0.001; r = 0.711). Thus, the more active the elderly are in participating in posyandu activities, the better their quality of life. This study recommends enhancing health education and family support to encourage elderly individuals to be more actively involved in posyandu activities to improve their quality of life.

Key words: *Elderly, Posyandu Activeness, Quality of Life*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan suatu kejadian yang pasti dialami secara fisiologis oleh semua orang yang di karuniai umur panjang. Lansia akan mengalami proses penuaan, yang merupakan proses terus menerus (berlanjut) secara alamiah. Menua (menjadi tua) ditandai dengan menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya, sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi (Astriani, 2021). Penuaan adalah proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk mengganti atau memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi serta memperbaiki kerusakan yang diderita. Akibat perkembangan usia lanjut usia mengalami perubahan- perubahan yang menuntut dirinya untuk menyesuaikan diri secara terus menerus (Langingi & Watung, 2022).

Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) (Kemenkes, 2019a). Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 10,48% pada tahun 2022. Angka tersebut tercatat turun 0,34% poin dibandingkan pada tahun sebelumnya yang mencapai 10,82%. Mayoritas provinsi di Indonesia memiliki persentase penduduk lansia di atas 7%. Bahkan, ada 8 provinsi yang persentase penduduk lansianya sudah melebihi 10%. Salah satu dari provinsi tersebut yaitu Jawa Timur dengan persentase lansia sebanyak 13,86% (BPS, 2022)

Kesehatan lansia saat ini menimbulkan masalah yang penting dibidang kesehatan terutama perubahan akibat proses menua meliputi beberapa aspek perubahan sosial, psikologis, dan fisik yang terjadi akibat dampak proses *degenerative* (Rohma, 2020). Menyadari pentingnya posyandu lansia dalam rangka mengatasi kesehatan lansia, maka keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu harus terus ditekankan, keaktifan dapat diasumsikan bahwa lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia seperti hadir dan melakukan absensi, melakukan kegiatan senam lansia, pendidikan dan jalan santai, menjali pengobatan dan pemeriksaan sederhana, pemberian makanan tambahan (Ismawati, 2020). Namun apabila lansia tidak mengikuti kegiatan yang dilaksanakan pada posyandu maka lansia tergolong tidak aktif (pasif).

Keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu yang dilaksanakan oleh posyandu lansia dapat meminimalkan angka kesakitan pada lansia (Langingi & Watung, 2022).

Perilaku aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia dapat meminimalkan permasalahan kesehatan lansia yang muncul akibat proses penuaan karena penyakit dapat dideteksi secara dini. Hidup lanjut usia yang berkualitas ialah kondisi fungsional yang optimal, sehingga mereka dapat menikmati masa tuanya dengan baik (Nadirah, *et al*, 2020). Solusi agar lansia datang dan ikut dalam kegiatan posyandu maka dapat dilakukan pendekatan secara langsung pada lansia, untuk menanamkan kesadaran tentang pentingnya deteksi dini kesehatan pada lansia dan untuk meningkatkan status kesehatan yang akan berimbas pada kualitas hidup lansia (Siregar, 2022). Berdasarkan penelitian Frilasari (2022) diketahui bahwa dukungan keluarga akan mempengaruhi keaktifan lansia karena peran keluarga sangat penting dalam mendorong dan memotivasi minat lansia untuk aktif di Posyandu agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di Puskesmas Mumbulsari masih ditemukan lansia yang tidak aktif dalam berkunjung ke Posyandu. Hal ini diperoleh dari hasil wawancara pada tanggal 19 Desember 2023 dengan penanggung jawab posyandu lansia di Puskesmas Mumbulsari mengemukakan bahwa lansia yang tidak hadir pada saat posyandu sudah merasa dirinya sudah sehat. Sehingga mereka tidak lagi berkunjung ke posyandu. Dari hasil survey pendahuluan yang didapatkan hampir rata-rata faktor terjadinya lansia tidak berkunjung ke posyandu lansia yaitu lansia tersebut sudah merasa dirinya sehat, jarak tempuh yang jauh, malas untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh posyandu.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan Keaktifan Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Mumbulsari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasi berdasarkan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Mumbulsari sebanyak 15.214 dalam setahun. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Purposive Sampling*. Teknik Analisis data dalam penelitian ini digunakan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan *Spearman Rho*. Proses perijinan awal dimulai setelah proposal ini dinyatakan lolos etik dan dilakukan registrasi untuk mendapatkan ijin penelitian dari Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Data Umum Responden di Puskesmas Mumbulsari (n = 100)

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Usia	60-69 tahun	77	77
	70-79 tahun	20	20
	>80 tahun	3	3
Pendidikan	Tidak sekolah	63	63
	SD/MI	33	33
	SMP/MTs	2	2
	SMA/MA	0	0
	S1/D4	2	2
Pekerjaan	Tidak Bekerja	73	73
	PNS	2	2
	Petani	23	23
	Lainnya	2	2

Berdasarkan pada tabel 1 dapat diketahui bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar berusia antara 60-69 tahun yakni sebanyak 77 orang (77%). Berdasarkan tingkat pendidikan paling banyak secara proporsional adalah sebanyak 63 orang tidak sekolah dengan presentase (63%). Sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 73 orang (73%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai Keaktifan Kunjungan Lansia Ke Posyandu Lansia Di Puskesmas Mumbulsari (n=100)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak Aktif	20	20%
Aktif	80	80%
Total	100	100%

Hasil analisis terhadap nilai keaktifan kunjungan lansia ke Posyandu lansia Puskesmas Mumbulsari bahwa dari 100 responden yang diteliti, persentase untuk keaktifan kunjungan lansia sebagian besar pada kategori aktif yaitu 80 lansia (80%). Sedangkan 20 lansia (20%) lainnya pada kategori tidak aktif.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Mumbulsari (n=100)

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Kualitas Hidup Buruk	18	18
Kualitas Hidup Sedang	22	22

Kualitas Hidup Baik	60	60
Jumlah	100	100

Hasil analisis terhadap kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 100 responden yang diteliti, persentase untuk kualitas hidup lansia sebagian besar pada kategori kualitas hidup baik yaitu sebanyak 60 lansia (60%). Sedangkan pada kategori kualitas hidup sedang sebanyak 22 lansia (22%) dan dengan kategori kualitas hidup buruk sebanyak 18 lansia (18%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hubungan Keaktifan Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Mumbulsari (n=100)

Kualitas Hidup lansia	Keaktifan Kunjungan Lansia		Total	p value	r
	Tidak Aktif	Aktif			
Buruk	17	1	18	0,001	0,711
Sedang	2	20	22		
Baik	1	59	60		
Total	20	80	100		

Berdasarkan Tabel 4, dari 100 responden yang diteliti, diketahui bahwa lansia yang aktif berkunjung ke posyandu dan memiliki kualitas hidup baik berjumlah 59 orang. Sementara itu, lansia yang memiliki kualitas hidup sedang dengan kunjungan aktif tercatat sebanyak 20 orang, dan lansia yang memiliki kualitas hidup buruk dengan kunjungan aktif hanya 1 orang. Di sisi lain, pada lansia yang tidak aktif berkunjung ke posyandu, ditemukan bahwa hanya 1 orang yang memiliki kualitas hidup baik, 2 orang dengan kualitas hidup sedang, dan 17 orang dengan kualitas hidup buruk. Data ini menunjukkan bahwa lansia yang lebih aktif berkunjung ke posyandu cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak aktif. Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan bahwa berdasarkan uji *spearman rho* nilai *p-value* = <0,001 dengan α (0,05) yang artinya bahwa ada hubungan *self efficacy* dengan pencegahan dini kanker serviks pada wanita usia subur. Selanjutnya kekuatan hubungan variabel didapatkan hasil dengan nilai $r = 0,553$ artinya menunjukkan kekuatan hubungan sedang dengan arah hubungan positif yang memberikan makna bahwa semakin tinggi *self efficacy* pada wanita usia subur akan diikuti dengan semakin baik perilaku pencegahan dini kanker serviks.

Berdasarkan Tabel 4, hasil analisis menggunakan uji Spearman Rho diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,001 dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 0,05. Karena *p-value* < α , maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan kunjungan ke posyandu dengan kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari. Selain itu, hasil uji korelasi menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,711. Berdasarkan interpretasi nilai korelasi, angka ini menunjukkan bahwa hubungan

antara variabel tersebut berada dalam kategori kuat atau positif. Dengan demikian, semakin aktif lansia dalam menghadiri posyandu, semakin baik pula kualitas hidup yang mereka rasakan.

PEMBAHASAN

Keaktifan Kunjungan

Berdasarkan Tabel 4, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 responden yang diteliti, sebagian besar lansia berada pada kategori **aktif** dalam kunjungan ke posyandu, yaitu sebanyak **80 lansia (80%)**, sementara **20 lansia (20%)** termasuk dalam kategori **tidak aktif**. Data ini menunjukkan bahwa tingkat partisipasi lansia dalam kunjungan ke posyandu di wilayah penelitian cukup tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Lestari, *etc*, 2021) yang menunjukkan bahwa lansia dengan tingkat kesadaran kesehatan yang baik cenderung aktif berkunjung ke posyandu, terutama pada kelompok usia 60-69 tahun. Menurut penelitian (Malairu & Pitoyo, 2020) disebutkan bahwa umur mempengaruhi keaktifan kunjungan lansia ke posyandu, karena lansia yang telah berumur kurang dari 70 tahun akan lebih aktif datang ke posyandu dibandingkan usia lebih dari 70 tahun. Hal ini disebabkan karena pada usia tersebut lansia mulai merasakan adanya gangguan kesehatan.

Keaktifan lansia juga disebabkan oleh fakta bahwa berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar responden sudah tidak bekerja, yakni sebanyak 73 lansia (73%). Dengan lebih banyak waktu luang, lansia yang tidak bekerja memiliki kesempatan lebih besar untuk menghadiri kegiatan posyandu dibandingkan dengan lansia yang masih bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian Puspitasari (2024), yang menyatakan bahwa lansia yang tidak lagi bekerja cenderung lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu karena memiliki waktu luang lebih banyak untuk memprioritaskan kesehatannya. Keaktifan ini memungkinkan lansia mendapatkan layanan kesehatan preventif, seperti pemeriksaan tekanan darah, pemantauan gizi, dan deteksi dini penyakit, sehingga kualitas hidup mereka dapat terjaga dengan lebih baik.

Menurut pendapat peneliti, tingginya tingkat keaktifan lansia dalam kunjungan ke posyandu ini mencerminkan keberhasilan upaya yang telah dilakukan, seperti edukasi kesehatan dan program promosi kesehatan yang konsisten. Hal ini sejalan dengan penelitian (Lestari *etc*, 2021), yang menyatakan bahwa keaktifan lansia dalam kunjungan ke posyandu sangat dipengaruhi oleh edukasi kesehatan yang diberikan secara berkelanjutan. Edukasi yang baik dapat meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Keaktifan lansia ini memungkinkan mereka mendapatkan layanan kesehatan preventif, seperti pemeriksaan tekanan darah, pemantauan gizi, dan deteksi dini penyakit, sehingga kualitas hidup mereka dapat terjaga dengan lebih baik.

Namun, perhatian khusus tetap diperlukan untuk 20% lansia yang tidak aktif. Ketidakaktifan ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kesibukan bekerja, kurangnya dukungan keluarga, atau pandangan bahwa pemeriksaan kesehatan tidak penting. Berdasarkan penelitian (Puspitasari,

2024) , lansia yang masih bekerja cenderung mengabaikan pemeriksaan kesehatan karena lebih fokus pada aktivitas ekonomi untuk memenuhi kebutuhan finansial mereka.

Dengan demikian, diperlukan strategi yang lebih adaptif untuk meningkatkan partisipasi lansia yang tidak aktif. Misalnya, dengan memberikan penyuluhan kesehatan yang lebih personal, menyesuaikan jadwal posyandu dengan waktu luang lansia, atau menjangkau langsung mereka yang tidak aktif melalui kunjungan rumah. Upaya ini dapat memastikan bahwa semua lansia, baik yang aktif maupun tidak aktif, dapat merasakan manfaat dari layanan posyandu

Kualitas Hidup Lansia

Berdasarkan Tabel 3, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia dalam penelitian ini memiliki kualitas hidup baik, yakni sebanyak 60 lansia (60%) dari total 100 responden. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia di wilayah penelitian memiliki kualitas hidup yang baik, mencakup faktor-faktor fisik, psikologis, dan sosial yang mendukung kesejahteraan mereka. Kualitas hidup yang baik ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, status pekerjaan, serta keaktifan dalam mengikuti kunjungan ke posyandu.

Faktor usia memainkan peran penting dalam kualitas hidup lansia. Dalam penelitian ini, sebagian besar lansia berusia 60-69 tahun, yang merupakan kelompok usia yang cenderung masih memiliki kesehatan yang lebih baik dibandingkan lansia yang lebih tua. Pada usia ini, banyak lansia yang masih aktif secara fisik dan sosial, sehingga lebih mudah untuk menjaga kualitas hidup yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Pranarka, 2021), yang menyatakan bahwa lansia yang berusia lebih muda, terutama yang berada dalam rentang usia 60-69 tahun, cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena mereka masih lebih sehat dan aktif. Lansia dalam rentang usia ini juga lebih mampu untuk berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan dan sosial, seperti kunjungan ke posyandu, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka.

Selain itu, status pekerjaan juga berperan penting dalam kualitas hidup lansia. Berdasarkan hasil penelitian, 73% responden sudah tidak bekerja. Lansia yang sudah tidak bekerja memiliki lebih banyak waktu untuk menjaga kesehatan mereka, termasuk mengikuti kunjungan posyandu yang memberikan layanan kesehatan preventif seperti pemeriksaan tekanan darah dan pemantauan gizi. Penelitian (Puspitasari, 2024) juga mendukung temuan ini, dengan menyebutkan bahwa lansia yang tidak bekerja lebih cenderung untuk menjaga kesehatan mereka karena memiliki lebih banyak waktu luang untuk memprioritaskan kegiatan yang mendukung kesejahteraan, seperti berkunjung ke posyandu. Keaktifan dalam mengikuti kegiatan ini membantu mereka untuk mendeteksi dini masalah kesehatan dan menjaga kualitas hidup mereka.

Namun, meskipun sebagian besar lansia dalam penelitian ini memiliki kualitas hidup yang baik, ada juga lansia yang berada dalam kategori kualitas hidup sedang (22%) dan buruk (18%). Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia dalam kategori ini antara lain masalah kesehatan yang lebih serius, keterbatasan dukungan sosial, serta kondisi ekonomi yang kurang memadai. Oleh karena itu, perlu ada perhatian lebih terhadap lansia dalam kategori kualitas

hidup sedang dan buruk, dengan menyediakan akses yang lebih baik ke layanan kesehatan, dukungan sosial, serta edukasi yang dapat meningkatkan partisipasi mereka dalam program kesehatan.

Berdasarkan temuan ini, peneliti berpendapat bahwa kualitas hidup lansia dapat terus ditingkatkan melalui upaya yang lebih terintegrasi, yaitu dengan memperhatikan usia, status pekerjaan, serta meningkatkan akses dan partisipasi lansia dalam program kesehatan preventif. Pemberian edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan penyediaan dukungan sosial yang lebih baik dapat membantu lansia yang berada dalam kategori kualitas hidup sedang dan buruk untuk memperbaiki kondisi mereka. Dengan pendekatan yang komprehensif, diharapkan kualitas hidup seluruh lansia dapat terjaga dengan lebih optimal.

Hubungan Keaktifan Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Mumbulsari

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari Tabel 5.6, dapat dilihat bahwa ada hubungan yang signifikan antara keaktifan kunjungan lansia ke posyandu dengan kualitas hidup mereka. Dari 100 responden yang diteliti, lansia yang aktif berkunjung ke posyandu dan memiliki kualitas hidup baik berjumlah 59 orang (59%). Sementara itu, 20 orang (20%) lansia yang memiliki kualitas hidup sedang juga tercatat aktif berkunjung ke posyandu. Namun, hanya 1 orang (1%) lansia yang memiliki kualitas hidup buruk yang aktif berkunjung. Sebaliknya, pada lansia yang tidak aktif berkunjung ke posyandu, hanya 1 orang (1%) yang memiliki kualitas hidup baik, sedangkan 2 orang (2%) memiliki kualitas hidup sedang, dan 17 orang (17%) mengalami kualitas hidup buruk.

Penelitian ini menunjukkan bahwa keaktifan dalam kunjungan ke posyandu berhubungan erat dengan kualitas hidup lansia. Lansia yang secara rutin mengikuti kegiatan di posyandu cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Hal ini dapat dijelaskan dengan fakta bahwa kunjungan rutin ke posyandu memberikan akses lebih besar terhadap layanan kesehatan preventif, seperti pemeriksaan kesehatan berkala, pemantauan gizi, serta deteksi dini penyakit. Dengan adanya layanan ini, lansia dapat menjaga kondisi kesehatan mereka lebih baik, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka. Sejalan dengan penelitian dari (Malairu, 2020), yang menyebutkan bahwa akses terhadap pelayanan kesehatan preventif dapat meningkatkan kualitas hidup lansia, terutama dalam hal pencegahan penyakit kronis dan pemeliharaan kondisi fisik yang optimal. Pentingnya layanan posyandu dalam meningkatkan kualitas hidup lansia juga didukung oleh penelitian Lestari et al. (2021), yang menemukan bahwa lansia yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan, termasuk posyandu, memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi karena mereka lebih banyak mendapatkan informasi mengenai kesehatan dan lebih proaktif dalam menjaga kesejahteraan fisik dan mental mereka.

Uji Spearman Rho yang dilakukan untuk menguji hubungan antara keaktifan kunjungan ke posyandu dan kualitas hidup lansia menghasilkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p\text{-value} < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti bahwa terdapat hubungan

signifikan antara kedua variabel tersebut. Hal ini semakin menguatkan argumen bahwa keaktifan lansia dalam mengikuti program kesehatan di posyandu memang memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup mereka. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,711 menunjukkan bahwa hubungan antara keaktifan kunjungan ke posyandu dan kualitas hidup lansia dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi. Ini menandakan bahwa semakin sering lansia berkunjung ke posyandu, semakin baik kualitas hidup yang mereka miliki. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Yulianti, (2020), yang mengungkapkan bahwa akses ke layanan kesehatan preventif termasuk kunjungan rutin ke posyandu dapat membantu lansia mempertahankan kesehatan fisik dan mental mereka, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Puspitasari menekankan pentingnya pemeriksaan rutin untuk mendeteksi potensi masalah kesehatan sebelum menjadi lebih serius, yang juga tercermin dalam temuan penelitian ini. Lansia yang aktif berkunjung ke posyandu, dengan mendapatkan layanan seperti pemantauan tekanan darah dan deteksi dini penyakit, lebih mampu mengelola kondisi kesehatannya dengan baik.

Selain itu, penelitian oleh Eliawati, R., & Rahmadyanti, R. (2023) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa keaktifan lansia dalam mengikuti program kesehatan berperan besar dalam menjaga kesehatan mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Ningsih, S. P. (2022) menyebutkan bahwa lansia yang memiliki akses ke pelayanan kesehatan teratur cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik, karena mereka lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan dan lebih siap untuk menghadapi masalah kesehatan yang mungkin muncul. Dengan mengedukasi lansia tentang kesehatan dan memberi mereka fasilitas untuk memeriksakan diri secara rutin, posyandu menjadi salah satu sarana penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia.

Berdasarkan temuan ini, peneliti berpendapat bahwa peningkatan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Program-program kesehatan yang terstruktur dan rutin di posyandu dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi lansia, terutama dalam hal pencegahan penyakit, pemeliharaan kesehatan, dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan. Oleh karena itu, disarankan agar akses ke posyandu diperluas dan ditingkatkan, serta edukasi lebih lanjut diberikan kepada lansia untuk mendorong partisipasi mereka dalam kegiatan posyandu. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Lestari, et al (2021) yang menyatakan bahwa keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan kesehatan secara teratur dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa lansia yang rutin mengikuti kegiatan di posyandu mendapatkan informasi lebih banyak tentang gaya hidup sehat dan pencegahan penyakit, yang pada gilirannya dapat memperbaiki kondisi fisik dan mental mereka. Keterlibatan ini juga mengurangi kemungkinan lansia mengalami penurunan kondisi kesehatan yang signifikan. Selain itu, penelitian oleh Suharti (2020) mengungkapkan bahwa keaktifan lansia dalam mengakses pelayanan kesehatan juga berperan penting dalam memperpanjang usia harapan hidup dan meningkatkan kualitas hidup. Suharti menekankan pentingnya pencegahan dini dan pemantauan kesehatan untuk memastikan lansia dapat menjalani kehidupan yang lebih sehat dan aktif. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat dan pemerintah

untuk terus mengedukasi lansia tentang manfaat aktif mengikuti kegiatan posyandu, dengan harapan dapat menurunkan angka ketidakaktifan di kalangan lansia.

Dengan demikian, disarankan agar upaya yang lebih besar dilakukan dalam meningkatkan partisipasi lansia dalam kegiatan posyandu melalui perluasan akses, peningkatan kualitas program kesehatan, dan penyuluhan yang lebih intensif tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui kunjungan rutin ke posyandu.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis *Hubungan Keaktifan Lansia Berkunjung ke Posyandu Lansia dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Mumbulsari*, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Keaktifan lansia berkunjung ke Posyandu, Mayoritas lansia di Puskesmas Mumbulsari tergolong aktif dalam berkunjung ke posyandu, dengan persentase sebesar 80% dari total 100 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kesadaran untuk memanfaatkan layanan posyandu sebagai upaya menjaga kesehatan dan mencegah penyakit
2. Kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari didominasi oleh kategori baik (60%), sementara 22% memiliki kualitas hidup sedang, dan 18% memiliki kualitas hidup buruk
3. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai p-value sebesar 0,001 dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 0,05. Karena p-value < α , maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan kunjungan ke posyandu dengan kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari.

Saran bagi puskesmas dan posyandu meningkatkan program-program kesehatan bagi lansia, termasuk memberikan edukasi tentang pentingnya berkunjung ke posyandu secara rutin. Program tersebut harus dirancang agar lebih menarik dan mudah diakses, terutama untuk lansia yang tidak bekerja atau memiliki keterbatasan mobilitas. Merekomendasikan kepada penelitian selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini dengan memperluas sampel dan melibatkan variabel lain, seperti kondisi sosial-ekonomi atau dukungan keluarga, yang juga dapat mempengaruhi keaktifan lansia dalam berkunjung ke posyandu. Selain itu penelitian selanjutnya disarankan agar menggunakan desain longitudinal atau eksperimen dengan kelompok kontrol, agar hasil penelitian lebih dapat digeneralisasi dan meminimalisir bias. Penggunaan metode lain yang lebih kompleks dapat memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang faktor-faktor yang memengaruhi keaktifan lansia

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/Abdidas.V2i2.282>
- Allender, J. A., & Warner, K. . (2019). *Community Dan Public Health Nursing Promoting The Public's*

Health (8th Ed.). Lippincott Williams & Wilkins.

- Andrianti, R., Prayitno, H., & Gianawati, N. (2023). Pola Relasi Lansia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Psikologis: Studi Deskriptif Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Riska Herlin Andrianti. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(April), 271–274.
- Astriani, A., Syafar, M., & Azis, R. (2021). Hubungan Faktor Perilaku Dengan Kunjungan Lansia Di Posbindu Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 452–461. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.630>
- Bps. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Badan Pusat Statistik.
- Depkes, R. (2019). *Pedoman Pemantauan Dan Penilaian Program Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*. Bina Kesehatan.
- Ekasari, M. F. Et Al. (2021). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Wineka Media.
- Eliawati, R., & Rahmadyanti, R. (2023). Pengaruh Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Dengan Kualitas Hidup Di Desa Cibadak Kecamatan Cikupa Kabupaten Tangerang. *Jurnal Mahesa: Health Journal*, 3(1), 1-10.
- Erpaadi. (2020). *Posyandu Lansia (Mewujudkan Lansia Sehat, Mandiri Dan Produktif)*. Penerbit Buku Kedokteran.
- Frilasari, H., Triwibowo, H., Ashari, F., Qomariyah, Z., Veftisia, V., & Siregar, F. A. (2022). Original Research The Relationship Between Family Support And Elderly Activeness In Joining Elderly Posyandu Activities. *S Ci En Ce (I Jnms)*, 5(1), 69–74. <https://doi.org/10.32734/jst.v5i2.9145>
- Ismawati, D. (2010). *Posyandu Desa Siaga*. Nuha Medika.
- Kemenkes, R. (2019a). *Analisa Lansia Di Indonesia*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri.
- Kemenkes, R. (2019b). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Kementerian Kesehatan R.
- Langingi, A. R. C., & Watung, G. I. V. (2022). Analisis Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Di Desa X. *Formosa Journal Of Science And Technology*, 1(5), 499–506. <https://doi.org/10.55927/fjst.v1i5.1173>
- Lestari, A. D. (2021). Hubungan Partisipasi Sosial Lansia Dengan Tingkat Kepuasan Hidup Di Komunitas Posyandu Lansia. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 12(3), 45-53.
- Misnaniarti. (2019). *Analisis Situasi Penduduk Lanjut Usia Dan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Di Indonesia*.
- Muhith, A. Et Al. (2019). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Cv Andi Offsite.
- Muliawati, N. K., & Puspawati, N. L. P. D. (2023). Activeness Of Visits To Integrated Healthcare Post And The Quality Of Life Among The Elderly In Peguyangan Kangin Village, North Denpasar, Bali. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(4), 522–528. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i4.1319>
- Nadirah, N., Indrawati, I., & Heriyati, H. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pemanfaatan Kunjungan Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 1(1), 12–18. <https://doi.org/10.36590/kepo.v1i1.78>

- Ningsih, S. P. (2022). Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial Dengan Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(11), 32-40
- Notoatmojo, S. (2020). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2019). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Salemba Medika.
- Puspita Sari. (2024). Pengaruh Keaktifan Lansia Dalam Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Di Masa Pensiun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Lansia*, 5(1), 15-25.
- Rambu Malairu, S., & Pitoyo, J. (2020). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Dengan Yang Tidak Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Di Kelurahan. *Professional Health Journal*, 1(2), 65–72. <https://doi.org/10.54832/Phj.V1i2.106>
- Rohma, D. S. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Cv Budi Utama.
- Siregar, F. A. (2022). Enhancement Of The Participation Of Elderly People In Posyandu Health Services In Sunggal District Towards Healthy Living. *Journal Of Saintech Transfer*, 5(2), 70–76. <https://doi.org/10.32734/Jst.V5i2.9145>
- Stefanus, M., & Dkk. (2022). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 21*(Pissn 1410-4490 Eissn 2354-9203).
- Sugianti, R., Ngasu², K. E., & Yatsi Tangerang, S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu Lansia Dan Kualitas Hidup The Relationship Between Family Support And Elderly Activities Following Elderly Posyandu And Quality Of Life. *Nusantara Hasana Journal*, 1(3), Page.