

**EDUKASI DALAM UPAYA MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI
PUSKESMAS KOM YOS SUDARSO PONTIANAK****Dwin Seprian^{1*}, Ainun Najib Febrya Rahman², Haryati Septiani³,
Faisal Kholid Fahdi⁴, Triyana Harlia Putri⁵**¹⁻⁵Program Studi Keperawatan, Universitas TanjungpuraEmail Korespondensi: dwinseprian@ners.untan.ac.id

Disubmit: 16 Oktober 2024

Diterima: 24 Februari 2025

Diterbitkan: 01 Maret 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i3.17985>**ABSTRAK**

Lansia berada pada tahap akhir dari proses penuaan yang dimana memiliki resiko tinggi dalam masalah kesehatan. Pertambahan umur akan diikuti dengan penurunan fungsi tubuh, adanya penyakit, resiko jatuh, gangguan keseimbangan tubuh serta sistem kekebalan akan semakin berkurang. Hal ini menimbulkan masalah pada kualitas hidup. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup. Hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan data tingkat pengetahuan tentang kualitas hidup sebelum diberikan edukasi yaitu kategori tinggi sebesar 13,3%, kategori sedang sebesar 23,3% dan kategori rendah sebesar 63,4%. Sedangkan setelah diberikan edukasi tentang diperoleh pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 80% dan kategori sedang yaitu 20%. Edukasi mampu meningkatkan pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup.

Kata Kunci: Edukasi, Kualitas Hidup, Lansia**ABSTRACT**

The elderly are at the final stage of the aging process and are at high risk of health problems. Increasing age will be followed by a decrease in body function, the presence of disease, the risk of falls, disturbances in body balance, and the immune system will decrease. This causes problems with quality of life. This community service activity aims to increase the elderly's knowledge about improving their quality of life. The results of community service obtained data on the level of knowledge about the quality of life before being given education, namely the high category at 13.3%, the medium category at 23.3%, and the low category at 63.4%. Meanwhile, after being given education about knowledge, knowledge was obtained in the high category, namely 80%, and in the medium category, namely 20%. Education can increase elderly people's knowledge about how to improve their quality of life.

Keywords: Education, Quality of Life, Elderly

1. PENDAHULUAN

UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso terletak di Jl. Apel No.62, Sungai Jawi Luar, Kec. Pontianak Barat, Kota Pontianak, Kalimantan Barat. UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso memiliki Program Pengelolaan Penyakit Kronik (Prolanis) yang dikhususkan untuk lansia. Selain berfokus kepada kesehatan fisik lansia, Instansi Kesehatan juga harus memperhatikan psikologis atau mental para lansia yang secara umum tidak terpenuhi kebutuhan dasarnya (sandang, pangan, papan) dan keterbatasan terhadap aspek sosial.

Meskipun UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso telah memberikan kontribusi besar dalam layanan usia lanjut, namun, seperti halnya banyak instansi kesehatan lainnya, Puskesmas ini juga dihadapkan pada sejumlah permasalahan. Salah satu tantangan yang dihadapi adalah belum optimalnya program upaya kesehatan khususnya kesehatan jiwa atau mental lansia. Pada saat ini lansia cenderung mengalami pergeseran struktur keluarga dari keluarga besar ke keluarga inti. Akibatnya, banyak lansia yang sering merasa kesepian. Masalah ini sering menimbulkan gangguan psikologis bagi para lansia sehingga berakibat pada kualitas hidup yang negatif (Batubara et al., 2022).

Lansia berada pada tahap akhir dari proses penuaan yang dimana memiliki resiko tinggi dalam masalah kesehatan. Pertambahan umur akan diikuti dengan penurunan fungsi tubuh, adanya penyakit, resiko jatuh, gangguan keseimbangan tubuh serta sistem kekebalan akan semakin berkurang. Hal ini menimbulkan penyakit akut maupun kronik (Kiik et al., 2018). Status kesehatan yang menurun serta ketidakberdayaan lansia untuk beraktivitas bertolak belakang dengan keinginan lansia untuk sehat. Ketidakesuaian harapan lansia terhadap hidupnya serta stigma dari lingkungan akan meningkatkan resiko stres (Budiono & Rivai, 2021). Individu yang mengalami stres akan mengalami penurunan fungsi tubuh dan sosialisasi dengan lingkungan sekitar sehingga dapat mengakibatkan adanya penurunan kualitas hidupnya. Kualitas hidup lansia dapat didasarkan pada sesuatu dalam hidup mereka yang berjalan dengan baik dan sesuai dengan keinginan mereka, sehingga dapat mengalami perasaan bahagia, damai, dan kepuasan dalam hidup (Valikhani et al., 2019).

Lansia yang tinggal sendiri atau berpisah dari keluarga akan mengalami paparan terhadap perubahan status yang baru, yang mengharuskan mereka beradaptasi secara positif atau negatif. Perubahan status yang berbeda menyebabkan perubahan peran dalam menyesuaikan diri, perubahan peran dalam keluarga, ekonomi, dan sosial masyarakat tersebut menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi (Sari & Susanti, 2017). Untuk lansia yang memiliki penyakit kronis, lebih rentan mengalami masalah psikologis yang mana akan mempengaruhi dalam lingkungan fisik, sosial, ekonomi, psikologis, dan spiritual religius, yang dapat berdampak pada status kesehatan dan kualitas hidup lansia tersebut (Hadipranoto et al., 2020).

Dalam menghadapi permasalahan kualitas hidup lansia, langkah-langkah strategis perlu diambil. Peningkatan pengetahuan tentang kondisi psikologis dan mental lansia dapat menjadi kunci keberhasilan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Dengan mengatasi permasalahan ini, UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso dapat terus meningkatkan kualitas pelayanan dan kesejahteraan lansia secara keseluruhan. Saat ini keberadaan perawat di layanan kesehatan sebagai *caregiver* diharapkan dapat memberikan peranan yang penting pada lansia yang mengalami kehilangan

dalam hidupnya baik status sosial, teman serta pasangan hidup (Erfiyanti et al., 2023).

Dalam meningkatkan pengetahuan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia diperlukan penyuluhan dan edukasi. Penyuluhan membantu individu dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga (Hertiana & Saleh, 2020). Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa edukasi interaktif mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan. Edukasi interaktif tersebut memberikan informasi serta pemaparan cara mengontrol emosi tidak stabil yang sering ditunjukkan pada kondisi mental yang negatif (Rachmadyanshah & Khairunisa, 2019).

Pada saat ini kondisi lapangan menggambarkan pengetahuan lansia terkait masalah kualitas hidup cenderung mengabaikan saja tanpa melakukan tindakan apapun. Permasalahan ini muncul karena kurangnya pengetahuan lansia dalam meningkatkan kualitas hidup. Dalam meningkatkan pengetahuan diperlukan penyuluhan dan edukasi. Penyuluhan membantu masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga (Seprian et al., 2023).

Dengan mempertimbangkan hal di atas, maka disepakati bahwa yang akan diatasi pada program pengabdian masyarakat ini adalah masalah kurangnya pengetahuan lansia dalam meningkatkan kualitas hidup. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah edukasi untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup di Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso saat ini mempunyai kendala yaitu belum optimal program kesehatan jiwa pada lansia. Seperti yang diketahui bahwa lansia cenderung mengalami pergeseran struktur keluarga dari keluarga besar ke keluarga inti. Akibatnya, banyak lansia yang tinggal sendiri, yang menyebabkan mereka sering merasa kesepian. Lansia membutuhkan dorongan sosial dari berbagai pihak untuk menyelesaikan masalahnya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, langkah yang dapat diambil adalah meningkatkan pengetahuan tentang kondisi psikologis dan mental lansia seperti diadakannya penyuluhan dan edukasi tentang cara meningkatkan kualitas hidup agar mencapai kondisi psikologis yang stabil.

Skrining tentang kesehatan jiwa lansia diharapkan dapat dilaksanakan secara berkala, agar mengetahui apakah ada masalah psikologis lainnya yang timbul pada lansia. Apabila masalah psikologis dapat ditemukan lebih awal pada lansia, akan semakin cepat proses penyembuhannya agar tidak berdampak pada status kesehatan fisik serta tidak menurunkan kualitas hidupnya.

Pada saat ini kondisi lapangan menggambarkan pengetahuan lansia terkait masalah kualitas hidup cenderung mengabaikan saja tanpa melakukan tindakan apapun. Permasalahan ini muncul karena kurangnya pengetahuan lansia dalam meningkatkan kualitas hidup. Dalam meningkatkan pengetahuan diperlukan penyuluhan dan edukasi. Penyuluhan membantu masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap

maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga.

Adapun rumusan pertanyaan yang disajikan meliputi masih kurangnya tingkat pengetahuan lansia terkait kesehatan jiwa dan cara meningkatkan kualitas hidup, belum adanya informasi dari tenaga kesehatan terkait cara meningkatkan kualitas hidup dan identifikasi kondisi psikologis terkait kualitas hidup lansia di Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun. Lansia adalah tahap akhir dalam kehidupan, di mana banyak penurunan dan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang saling berhubungan, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik dan jiwa. Pada masa lansia, mereka tidak mampu lagi melakukan tugas sehari-hari yang biasanya dilakukan. Akibatnya, bagi kebanyakan orang, masa tua adalah periode yang tidak menyenangkan (Santoso, 2019). Kualitas hidup adalah pandangan individu terhadap posisi mereka didalam kehidupannya yang dilihat dari konteks budaya maupun nilai dan norma dimana mereka tinggal. Kualitas hidup erat kaitannya dengan tujuan hidup, harapan, standar dan fokus hidup mereka yang mencakup beberapa aspek sekaligus, diantaranya aspek kondisi fisik, psikologis, sosial dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Masalah yang mencakup kualitas hidup sangat luas dan kompleks termasuk masalah kesehatan fisik, status psikologik, tingkat kebebasan, hubungan sosial dan lingkungan dimana mereka berada (Jacob & Sandjaya, 2018). Mudah lelah, berkeringat, mengalami masalah tidur atau kualitas tidur yang buruk, kecemasan, pusing, mudah tersinggung, dan sulit bergaul dengan orang lain adalah beberapa contoh perubahan kualitas hidup yang terjadi pada lansia karena penurunan kondisi fisik (Ulfa & Yahya, 2021).

Kualitas hidup pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek. Aspek biologi pada lansia yaitu terjadinya proses menua akibat penurunan fungsi biologi. Aspek sosial dan lingkungan pada lanjut usia yaitu adanya lingkungan sekitarnya yang memicu timbulnya stres. Aspek ekonomi yaitu penurunan produktivitas yang berimbas pada menurunnya pendapatan. Aspek perilaku atau gaya hidup seperti pola kebiasaan yang kurang sehat yang meliputi aktivitas fisik kurang dan konsumsi makanan yang tidak sehat bagi lansia (Budiono & Rivai, 2021).

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang kualitas hidup dan cara meningkatkan kualitas hidup. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan

terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera yang dimiliki manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk sebuah tindakan seseorang (Diaz, 2019).

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mencakup penyuluhan tentang kesehatan jiwa dan cara meningkatkan kualitas hidup yang rendah pada lansia. Penyuluhan merupakan salah satu metode yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan. Penyuluhan ditujukan untuk individu, keluarga maupun kelompok yang ada di masyarakat. Penyuluhan kesehatan membantu masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal baik secara fisik maupun psikologis yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga (Hertiana & Saleh, 2020).

Kegiatan edukasi dan penyuluhan merupakan sebuah upaya untuk memberikan informasi kepada masyarakat tentang suatu hal tertentu melalui rangkaian kegiatan sistematis yang dirancang untuk membantu menyelesaikan dan memecahkan masalah yang dihadapi. Edukasi tentang kualitas hidup lansia merupakan proses mengubah perilaku seorang lansia agar mereka tahu, mau, dan mampu melakukan perubahan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup. Edukasi tentang kualitas hidup lansia juga mengupayakan mengubah perilaku lansia melalui pendekatan edukatif, yaitu rangkaian kegiatan yang dilakukan secara terstruktur.

4. METODE

a. Persiapan

Tahap persiapan dilakukan dengan mengidentifikasi masalah yang ada pada lansia, khususnya masalah kualitas hidup yang terjadi pada usia lansia. Setelah itu melakukan studi pendahuluan dengan wawancara kepada petugas puskesmas dan menentukan solusi terhadap masalah yang dialami. Pada tahap persiapan, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat mengurus perizinan dengan pihak Puskesmas dan membuat perencanaan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat juga berkoordinasi dengan mitra pengabdian untuk penyediaan tempat pelaksanaan pengabdian dan penyebaran undangan kepada lansia.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini akan di kemas dalam bentuk edukasi cara meningkatkan kualitas hidup lansia yang dalam pelaksanaannya sebagai berikut:

- 1) Pembukaan acara oleh moderator
- 2) *Pre test* tingkat pengetahuan tentang kualitas hidup bagi peserta
- 3) Penyampaian materi tentang konsep kesehatan jiwa dan cara meningkatkan kualitas hidup.
- 4) Memberikan sesi diskusi terkait permasalahan yang dialami oleh lansia.
- 5) *Post test* tingkat pengetahuan tentang kualitas hidup bagi peserta

c. Evaluasi

Evaluasi dibagi menjadi dua bagian yaitu:

- 1) Evaluasi struktur
Jumlah peserta yang hadir adalah 30 lansia yang mengikuti kegiatan prolanis. Pengaturan tempat yang meliputi pencahayaan, sirkulasi dan kenyamanan saat kegiatan sangat baik. Proses penyampaian materi menggunakan media dan perelatan sesuai dengan perencanaan.
- 2) Evaluasi proses
Pelaksanaan edukasi dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia dilakukan di Posyandu lansia binaan Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak pada pukul 09.00 sampai dengan 10.00 WIB. Proses pelaksanaan berjalan dengan lancar, semua peserta aktif saat berdiskusi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada lansia yang mengikuti kegiatan prolanis Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak dengan jumlah 30 peserta. Hasil pengabdian kepada masyarakat dijelaskan pada tabel 1

Tabel 1. Distrbusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi Kualitas Hidup (n=30)

Kategori	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tinggi	4	13.3	24	80
Sedang	7	23.3	6	20
Rendah	19	63.4	0	0



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

b. Pembahasan

Tabel 1 menjelaskan bahwa sebelum diberikan edukasi tentang kualitas hidup sebagian besar peserta memiliki pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 13,3%, kategori sedang yaitu 23,3% dan kategori rendah yaitu 63,4%. Sedangkan setelah diberikan edukasi tentang kualitas hidup diperoleh pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 80% dan kategori sedang yaitu 20%. Hasil pengabdian kepada masyarakat menjelaskan

bahwa edukasi yang dilakukan meningkatkan pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup.

Faktor pendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah adanya dukungan dari Puskesmas, PJ Prolanis, dan Kader yang telah menyediakan fasilitas dalam pelaksanaan edukasi. Peserta lansia yang mengikuti kegiatan berperan aktif dalam diskusi serta mengikuti kegiatan sampai selesai.

Salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat adalah dengan edukasi dalam bentuk penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan ditujukan untuk individu, keluarga, maupun kelompok yang ada di masyarakat dan membantu mereka dalam peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang diperlukan untuk menerapkan gaya hidup yang sehat secara optimal, baik secara fisik maupun mental. Metode ini dapat diterapkan pada diri mereka sendiri dan keluarga mereka (Hertiana & Saleh, 2020). Pada kegiatan edukasi ini, tim menggunakan media *infocus* dan poster dalam pemaparan informasi tentang kualitas hidup kepada lansia. Media promosi kesehatan dalam edukasi yang baik dapat berfungsi sebagai solusi untuk masalah dan menjadi pesan yang dapat dipahami dan dilaksanakan oleh masyarakat. Dengan pemahaman tentang informasi masalah yang dihadapi, masyarakat dapat berperilaku lebih baik dalam bidang kesehatan. Media poster mempunyai kelebihan karena bentuknya yang sederhana dan menarik karena didominasi oleh elemen visual. Poster adalah pesan singkat berbentuk gambar yang bertujuan membuat seseorang tertarik dan bertindak terhadap suatu hal (Sutrisno & Sinanto, 2022).

Kualitas hidup merupakan sebuah konsep yang berisi budaya, pandangan nilai, posisi dan tujuan seseorang, menunjukkan reaksi pribadi terhadap masalah yang mempengaruhi tingkat kepuasan pribadi dalam kondisi hidup, kondisi fisik, mental dan sosial, serta efeknya kehidupan sehari-hari (Nurhan Dogan & Mehtap Tan, 2019). Pada lansia kualitas hidup mencakup kesehatan fisik, kesehatan psikologi, hubungan sosial, dan lingkungan. Dengan bertambahnya usia, banyak masalah yang dihadapi lansia diantaranya penurunan berbagai fungsi organ tubuh. Masalah tersebut menimbulkan dampak pada kualitas hidup lansia. Perubahan fisik dan kemunduran yang biasanya terjadi yaitu kulit yang mengendur, perubahan pada warna rambut, perubahan kekuatan struktur gigi, pendengaran dan penglihatan yang berkurang, gerakan yang mulai melambat, dan kehilangan proporsionalitas bentuk tubuh (Fadhli & Sari, 2022).

Menurut Noor et al., (2023) mengatakan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan lansia mengalami kualitas hidup yang buruk adalah merasa kesepian, jenuh, stres, menderita penyakit kronis, kematian pasangan, tinggal sendiri dan jauh dari anak-anak, dan harus terus bekerja demi keluarga. Situasi kualitas hidup yang buruk ini beresiko berdampak pada kesehatan mental lansia salah satunya adalah depresi. Masalah psikologis tersebut dapat memicu timbulnya perasaan tertekan, kehilangan minat, perasaan bersalah, harga diri rendah, menurunnya tingkat konsentrasi dan berkurangnya energi serta menimbulkan gangguan makan dan tidur (Tsai & Chiu, 2019).

Menurut asumsi peneliti tingkat pengetahuan lansia yang rendah terhadap kualitas hidup disebabkan oleh kurang terpaparnya dengan

informasi tentang kesehatan mental baik dari tenaga kesehatan setempat maupun dari sumber informasi yang bersifat *online*. Faktor dukungan keluarga juga menjadi salah satu penyebab rendahnya pengetahuan dan kualitas hidup lansia. Dalam menjalani kehidupan mereka, lansia sangat membutuhkan dukungan keluarga. Jika mereka memiliki dukungan, mereka akan merasa lebih diperhatikan, sedangkan jika mereka tidak memilikinya, mereka akan merasa kurang diperhatikan, yang merupakan salah satu penyebab kualitas hidup yang buruk.

Keluarga sejauh ini menjadi aspek penting dalam menangani masalah kualitas hidup lansia. Keluarga dapat melibatkan lansia dalam membuat keputusan serta memecahkan masalah bersama, memberikan kebebasan dalam perubahan fisik dan mental, memberikan ruang dan waktu dari setiap anggota keluarga (Panjaitan, 2020). Pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam membantu anggota keluarga lainnya ketika mengalami masalah sangat dibutuhkan agar dapat mengatasi ataupun mengetahui tindakan yang akan diambil ketika mengalami masalah psikologis tertentu seperti stres, ansietas, depresi, gangguan tidur, agresif, dan ketakutan (Seprian et al., 2023). Perilaku yang ditunjukkan anggota keluarga perlu dicermati dengan bijaksana karena bisa saja perilaku tersebut merupakan salah satu dari masalah psikologis yang dapat membahayakan diri, orang lain maupun lingkungan sekitar (Massey et al., 2019).

Tingkat kualitas hidup lansia merupakan tolak ukur keberhasilan lansia dalam merawat kesehatan diri. Oleh karena itu, disarankan kepada lansia untuk meningkatkan perawatan kesehatan mereka, selalu berfikir positif, sering melakukan sosialisasi dan komunikasi dengan lingkungan sekitar sehingga mereka merasa lebih nyaman dan bahagia dalam hidup (Nur & Mukhlis, 2020). Berdasarkan hal tersebut dengan ditingkatkannya pengetahuan lansia tentang cara meningkatkan kualitas hidup dapat menjadikan lansia meletakkan makna kolektif-sosial untuk menginterpretasikan konsep kebahagiaan melalui pemahaman terkait hubungan sosial yang baik dapat membawa manfaat bagi kesejahteraan psikologis.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat terdapat peningkatan pengetahuan lansia tentang konsep kualitas hidup dan cara meningkatkan kualitas hidup yang rendah. Saran untuk pengabdian kepada masyarakat yang selanjutnya yaitu memberikan intervensi cara meningkatkan kesejahteraan psikologis yang negatif pada lansia.

7. DAFTAR PUSTAKA

- batubara, S., Siregar, J. H., & Fuad, A. (2022). Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Jompo Tresna Werda Kota Bengkulu. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 12(1), 79-87.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371-379. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.621>
- Diaz, H. R. (2019). Abraham, C. & Shanley E. 1997. *Psikologi Sosial Untuk Perawat*. Jakarta: Buku Kedokteran Egc. Adnani, H. 2011. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jogjakarta: Nuha Medika. Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Pt Rineka Cipta. A. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Erfiyanti, E., Cahyati, T. N., Putri, R. W., Noveli, A. T., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness Pada Lansia Di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167. <https://doi.org/10.26623/jdsb.v25i3.7129>
- Fadhlia, N., & Sari, R. P. (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Adi Husada Nursing Journal*, 7(2), 86-93.
- Hadipranoto, H., Satyadi, H., & Rostiana, R. (2020). Gambaran Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Wreda X Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(1), 119-127.
- Hertiana, H., & Saleh, A. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dalam Merawat Penderita Gangguan Jiwa Di Kota Palopo. *Journal Of Islamic Nursing*, 5(1), 38-40.
- Jacob, D. E., & Sandjaya, S. (2018). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Masyarakat Karubaga District Sub District Tolikara Propinsi Papua. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(1).
- Kiik, S. M., 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>
- Massey, C. N., Feig, E. H., Duque-Serrano, L., Wexler, D., Moskowitz, J. T., & Huffman, J. C. (2019). Well-Being Interventions For Individuals With Diabetes: A Systematic Review. *Diabetes Research And Clinical Practice*, 147(617), 118-133. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.11.014>
- Noor, R. A., Harliansyah, H., & Widayanti, E. (2023). Hubungan Kualitas Hidup Terhadap Harga Diri Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(1), 12-19.
- Nur, M., & Mukhlis, H. (2020). Kualitas Hidup Ditinjau Dari Pengetahuan Keluarga Tentang Perawatan Lansia. *Indonesia Berdaya*, 1(1), 15-22.
- Nurhan Dogan, R. N., & Mehtap Tan, R. N. (2019). Quality Of Life And Social Support In Patients With Lung Cancer. *International Journal Of Caring Sciences*, 12(1), 263-269.
- Panjaitan, B. S. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Klabat Journal Of Nursing*, 2(2), 35-43.
- Rachmadyanshah, A. F., & Khairunisa, Y. (2019). Pengembangan Website Edukasi Interaktif Pengenalan Kesehatan Mental Bagi Remaja. *Jommit: Jurnal Multi Media Dan It*, 3(2).

- Santoso, M. D. Y. (2019). Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 5(1).
- Sari, M. T., & Susanti, S. (2017). Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Dan Lansia Di Kelurahan Paal V-Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 17(2), 178-183.
- Seprian, D., Hidayah, N., Masmuri, M., & Fachruddin, M. S. (2023). Penyuluhan Kesehatan Jiwa Untuk Meningkatkan Pengetahuan Orang Tua Tentang Masalah Kesehatan Jiwa Remaja Di Pulau Lemukutan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(1), 176-183.
- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik Sebagai Media Promosi Kesehatan: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11.
- Tsai, Y.-H., & Chiu, C.-J. (2019). Health Behaviors And Psychological Well-Being Alleviate Diabetes-Related Disability Deterioration. *Innovation In Aging*, 3(Suppl 1), S77.
- Ulfa, M., & Yahya, M. (2021). Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Darussalam Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery*, 3(2), 81-88.
- Valikhani, A., Ahmadnia, F., Karimi, A., & Mills, P. J. (2019). The Relationship Between Dispositional Gratitude And Quality Of Life: The Mediating Role Of Perceived Stress And Mental Health. *Personality And Individual Differences*, 141, 40-46.