

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Gambaran Letak Geografis

Kelurahan Manggala merupakan salah satu kelurahan yang berada di wilayah administratif Kecamatan Manggala, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. Kecamatan Manggala sendiri terdiri dari delapan kelurahan yaitu Borong, Bangkala, Tamangapa, Manggala, Antang, Batua, Bitowa, dan Biring Romang.

Kelurahan Manggala memiliki luas wilayah sekitar 1,39 km². Jika dibandingkan dengan luas wilayah Kecamatan Manggala yang mencapai sekitar 21,44 km², maka luas Kelurahan Manggala mencakup sekitar 6,48% dari total luas wilayah Kecamatan Manggala. Secara administratif, Kelurahan Manggala berjarak sekitar ± 1 km dari ibu kota Kecamatan Manggala dan sekitar ± 9 km dari pusat pemerintahan Kota Makassar. Jarak tersebut menunjukkan bahwa Kelurahan Manggala memiliki akses yang relatif dekat dengan pusat pemerintahan kecamatan maupun kota sehingga memudahkan masyarakat dalam memperoleh berbagai layanan publik.

Secara administratif, Kelurahan Manggala terdiri dari 13 Rukun Warga (RW) yang terbagi lagi ke dalam beberapa Rukun

Tetangga (RT). Pembagian wilayah ini bertujuan untuk mempermudah pengelolaan administrasi pemerintahan serta pelayanan kepada masyarakat di tingkat kelurahan.

. Batas wilayah Kelurahan Manggala secara administratif adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Kelurahan Tamangapa.
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kelurahan Bangkala.
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan Kabupaten Gowa.
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan Kelurahan Batua.

2. Keadaan Demografi Penduduk

Penduduk di Kelurahan Manggala memiliki jumlah penduduk yang cukup besar dengan karakteristik demografi yang beragam. Jumlah penduduk di Kelurahan Manggala tercatat sebanyak 29.163 jiwa, yang terdiri dari 14.427 laki-laki dan 14.736 perempuan. Jika dilihat dari komposisi jenis kelamin, jumlah penduduk laki-laki dan perempuan di wilayah ini relatif seimbang. Rasio jenis kelamin di Kelurahan Manggala sebesar 100,24 yang berarti bahwa pada setiap 100 penduduk perempuan terdapat sekitar 100 penduduk laki-laki.

Selain itu, Kelurahan Manggala memiliki kepadatan penduduk sebesar 21.025 jiwa per kilometer persegi, yang menunjukkan bahwa wilayah ini merupakan salah satu kawasan

permukiman dengan tingkat kepadatan penduduk yang cukup tinggi di Kecamatan Manggala.

Struktur penduduk di Kelurahan Manggala terdiri dari berbagai kelompok usia mulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga lanjut usia. Keberagaman kelompok usia tersebut mempengaruhi dinamika kehidupan sosial masyarakat, termasuk pola interaksi sosial yang terjadi di lingkungan masyarakat.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Manggala yang berada di wilayah administratif Kecamatan Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain deskriptif korelasional dan rancangan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara interaksi sosial dan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 129 lansia yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Responden penelitian adalah lansia yang berdomisili di Kelurahan Manggala dan telah memenuhi kriteria inklusi yang ditetapkan oleh peneliti.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner penelitian kepada responden. Sebelum responden mengisi kuesioner, peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri serta menjelaskan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Selanjutnya peneliti memberikan penjelasan secara singkat mengenai tata cara pengisian kuesioner agar responden dapat memahami setiap pertanyaan yang diberikan. Peneliti juga memberikan kesempatan kepada responden untuk mengajukan pertanyaan apabila terdapat hal-hal yang kurang jelas. Dalam pelaksanaannya, sebagian responden memerlukan pendampingan saat mengisi kuesioner. Hal ini disebabkan oleh beberapa keterbatasan yang dimiliki responden, seperti kesulitan dalam membaca, kurang memahami pertanyaan, maupun adanya gangguan penglihatan. Oleh karena itu, peneliti membantu menjelaskan pertanyaan agar responden dapat memberikan jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami.

Setelah proses pengumpulan data selesai, peneliti melakukan pemeriksaan terhadap kelengkapan jawaban kuesioner yang telah diisi oleh responden. Selanjutnya dilakukan proses pengolahan dan penginputan data. Berdasarkan hasil pengumpulan data tersebut, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 129 responden, sesuai dengan jumlah sampel yang telah direncanakan pada tahap awal penelitian.

Berdasarkan hasil penginputan dan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut.

1. Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Status Perkawinan, Pendidikan Terakhir, Pekerjaan, Kondisi Kesehatan Fisik dan Status Tinggal Di Kelurahan Manggala

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	46	35,7
Perempuan	83	64,3
Usia (Tahun)		
60-69	56	43,4
70-79	42	32,6
≥80	31	24,0
Status Perkawinan		
Belum Menikah	5	3,9
Menikah	81	62,8
Duda/Janda	43	33,3
Pendidikan Terakhir		
SD	15	11,6
SMP	16	12,4
SMA	30	23,3
Perguruan Tinggi	47	36,4
Tidak Sekolah	21	16,3
Pekerjaan		
Masih Bekerja	23	17,8
Tidak Bekerja	106	82,2
Kondisi Kesehatan Fisik		
Tidak Ada Keluhan	66	51,2
Kesehatan	63	48,8
Ada Keluhan		
Kesehatan		
Status Tinggal		
Tinggal Sendiri	9	7,0
Tinggal Bersama Keluarga	120	93,0
Total	129	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 83 orang (64,3%). Berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada kelompok usia 60–69 tahun sebanyak 56 orang (43,4%). Ditinjau dari status perkawinan, sebagian besar responden berstatus menikah sebanyak 81 orang (62,8%). Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, mayoritas responden memiliki pendidikan perguruan tinggi sebanyak 47 orang (36,4%). Dilihat dari status pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 106 orang (82,2%). Berdasarkan kondisi kesehatan, mayoritas lansia tidak memiliki keluhan kesehatan yang mengganggu aktivitas sebanyak 66 orang (51,2%). Selain itu, sebagian besar responden tinggal bersama keluarga sebanyak 120 orang (93,0%).

2. Analisis Univariat

a. Interaksi Sosial

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Tingkat Interaksi Sosial Pada Lansia Di Kelurahan Manggala

Interaksi Sosial	Frekuensi	Persentase
	n	%
Kurang Baik	37	28,7
Baik	92	71,3
Total	129	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5.2 mengenai distribusi frekuensi interaksi sosial lansia, diperoleh hasil bahwa dari 129 responden, sebagian besar responden memiliki interaksi sosial yang baik yaitu sebanyak 92 orang (71,3%), sedangkan responden yang memiliki interaksi sosial kurang baik sebanyak 37 orang (28,7%).

b. Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian Aktivitas
Sehari-Hari Pada Lansia Di Kelurahan Manggala

Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari	Frekuensi	Persentase
	n	%
Ketergantungan Total	18	14,0
Ketergantungan Sedang	34	26,4
Mandiri	77	59,7
Total	129	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5.3 mengenai distribusi frekuensi kemandirian aktivitas sehari-hari lansia, diperoleh hasil bahwa dari 129 responden, sebagian besar lansia berada pada kategori mandiri yaitu sebanyak 77 orang (59,7%), diikuti dengan kategori ketergantungan sedang sebanyak 34 orang (26,4%), dan kategori ketergantungan total sebanyak 18 orang (14,0%).

c. Kualitas Hidup Pada Lansia

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas Hidup Pada Lansia
Di Kelurahan Manggala

Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase
	n	%
Kurang	10	7,8
Cukup	51	39,5
Baik	68	52,7
Total	129	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5.4 mengenai distribusi frekuensi kualitas hidup lansia, diperoleh hasil bahwa dari 129 responden, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup baik yaitu sebanyak 68 orang (52,7%), diikuti dengan kategori cukup sebanyak 51 orang (39,5%), dan kategori kurang sebanyak 10 orang (7,8%).

3. Analisis Bivariat

a. Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia

Tabel 5.5 Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas
Hidup Lansia Di Kelurahan Manggala

Kualitas Hidup									
Interaksi Sosial	Kurang		Cukup		Baik		Total		p-value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kurang Baik	5	3,9	24	18,6	8	6,2	37	28,7	p=0,000 (p< α 0,05)
Baik	5	3,9	27	20,9	60	46,5	92	71,3	
Total	10	7,8	51	39,5	68	52,7	129	100	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5.5 mengenai hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala, diperoleh hasil bahwa dari 37 responden yang memiliki interaksi sosial kurang baik, terdapat 5 orang (3,9%) dengan kualitas hidup kurang, 24 orang (18,6%) dengan kualitas hidup cukup, dan 8 orang (6,2%) dengan kualitas hidup baik. Sementara itu, dari 92 responden yang memiliki interaksi sosial baik, terdapat 5 orang (3,9%) dengan kualitas hidup kurang, 27 orang (20,9%) dengan kualitas hidup cukup, dan 60 orang (46,5%) dengan kualitas hidup baik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang memiliki interaksi sosial baik cenderung memiliki kualitas hidup yang baik.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin baik interaksi sosial lansia, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dimiliki.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, sehingga terdapat hubungan antara interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala.

b. Hubungan Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari dengan Kualitas Hidup Lansia

Tabel 5.6
Hubungan Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Manggala

Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari	Kualitas Hidup								<i>p</i> - value
	Kurang		Cukup		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Ketergantungan Total	6	4,7	6	4,7	6	4,7	18	14,0	<i>p</i> =0,001 (<i>p</i> < α 0,05)
Ketergantungan Sedang	3	2,3	16	12,4	15	11,6	34	26,4	
Mandiri	1	0,8	29	22,5	47	36,4	77	59,7	
Total	10	7,8	51	39,5	68	52,7	129	100	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 5.6 mengenai hubungan kemandirian aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala, diperoleh hasil bahwa dari 18 responden yang mengalami ketergantungan total, terdapat 6 orang (4,7%) dengan kualitas hidup kurang, 6 orang (4,7%) dengan kualitas hidup cukup, dan 6 orang (4,7%) dengan kualitas hidup baik. Selanjutnya, dari 34 responden yang mengalami ketergantungan sedang, terdapat 3 orang (2,3%) dengan kualitas hidup kurang, 16 orang (12,4%) dengan kualitas hidup cukup, dan 15 orang (11,6%) dengan kualitas

hidup baik. Sementara itu, dari 77 responden yang berada pada kategori mandiri, terdapat 1 orang (0,8%) dengan kualitas hidup kurang, 29 orang (22,5%) dengan kualitas hidup cukup, dan 47 orang (36,4%) dengan kualitas hidup baik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari cenderung memiliki kualitas hidup yang baik.

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa terdapat beberapa sel yang memiliki nilai *expected count* kurang dari 5, sehingga tidak memenuhi asumsi uji Chi-Square. Oleh karena itu, dilakukan uji alternatif menggunakan *Fisher's Exact Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kemandirian aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, sehingga terdapat hubungan antara kemandirian aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia.

C. Pembahasan

1. Tingkat Interaksi Sosial Lansia Di Kelurahan Manggala

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki interaksi sosial yang baik. Hal ini menandakan bahwa lansia masih mampu menjalin hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitarnya.

Tingginya tingkat interaksi sosial pada lansia dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kondisi tempat tinggal. Sebagian besar responden dalam penelitian ini tinggal bersama keluarga, sehingga mereka masih memiliki kesempatan untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara rutin dengan anggota keluarga maupun lingkungan sekitar. Kehadiran keluarga dapat memberikan dukungan emosional dan sosial bagi lansia, sehingga mereka tetap merasa dihargai, diperhatikan, dan tidak mengalami isolasi sosial.⁷⁰ Selain itu, keterlibatan lansia dalam kegiatan masyarakat seperti pengajian, arisan, atau kegiatan sosial lainnya juga dapat meningkatkan frekuensi interaksi sosial yang mereka lakukan.⁷¹

Penelitian menunjukkan bahwa keluarga merupakan sumber dukungan sosial terdekat bagi lansia. Dukungan keluarga yang baik dapat membantu lansia mempertahankan hubungan sosial, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta mencegah

perasaan kesepian dan isolasi sosial. Lansia yang mendapatkan dukungan dari keluarga cenderung lebih aktif dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya serta memiliki kualitas hidup yang lebih baik.⁷²

Selain itu, keberadaan keluarga yang tinggal bersama lansia dapat meningkatkan komunikasi, perhatian emosional, serta keterlibatan lansia dalam aktivitas sosial sehari-hari. Interaksi sosial yang baik antara lansia, keluarga, dan masyarakat dapat membantu lansia merasa tetap dihargai dan memiliki peran dalam lingkungan sosialnya.⁷³

Secara teori, interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik antara individu dengan individu lain maupun dengan kelompok dalam kehidupan bermasyarakat. Interaksi sosial memungkinkan individu untuk saling bertukar informasi, berbagi pengalaman, serta memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya. Pada lansia, interaksi sosial memiliki peran penting karena dapat membantu mengurangi rasa kesepian, meningkatkan kesehatan mental, serta memberikan rasa bermakna dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya interaksi sosial pada lansia dapat menyebabkan perasaan terisolasi, menarik diri dari lingkungan, bahkan meningkatkan risiko depresi.⁷⁴

Teori yang mendukung pentingnya interaksi sosial pada lansia adalah *Activity Theory* yang dikemukakan oleh Havighurst. Teori ini menyatakan bahwa lansia akan merasa lebih puas dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik apabila tetap aktif dan mempertahankan keterlibatan dalam berbagai aktivitas sosial di masyarakat. Menurut teori ini, keberhasilan proses penuaan tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik, tetapi juga oleh kemampuan lansia untuk tetap mempertahankan peran sosial, menjalin hubungan dengan orang lain, serta berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial. Lansia yang tetap aktif berinteraksi dengan keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang kurang aktif dalam kehidupan sosialnya. Dengan demikian, semakin aktif lansia dalam melakukan aktivitas sosial, maka semakin besar pula peluang mereka untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis dan sosialnya.²⁰

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa lansia yang aktif berinteraksi dengan keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih baik serta tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi. Interaksi sosial yang baik memungkinkan lansia untuk tetap merasa menjadi bagian dari

masyarakat, sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri, kepuasan hidup, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Dengan demikian, keberadaan dukungan keluarga dan lingkungan sosial yang baik menjadi faktor penting dalam mempertahankan interaksi sosial yang positif pada lansia.⁷⁵

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa lansia yang memiliki hubungan sosial yang baik dengan keluarga dan lingkungan sekitar cenderung lebih aktif dalam berbagai kegiatan sosial, seperti kegiatan keagamaan, kegiatan masyarakat, maupun aktivitas kelompok lansia. Keterlibatan dalam aktivitas tersebut dapat membantu lansia mempertahankan hubungan sosial, meningkatkan rasa memiliki terhadap lingkungan, serta memberikan kesempatan bagi lansia untuk tetap berperan dalam kehidupan bermasyarakat. Sebaliknya, lansia yang memiliki interaksi sosial yang kurang baik cenderung lebih mudah mengalami perasaan kesepian, menarik diri dari lingkungan, serta memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah.⁷⁶

Selain faktor tersebut, tingkat interaksi sosial pada lansia juga berkaitan dengan kemampuan adaptasi individu terhadap perubahan peran sosial yang terjadi seiring proses penuaan. Lansia yang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut cenderung tetap mempertahankan hubungan sosial

yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa lansia yang memiliki penerimaan diri yang baik serta mampu mengembangkan aktivitas pengganti setelah pensiun atau kehilangan peran sebelumnya akan lebih aktif dalam berinteraksi sosial. Kondisi ini memungkinkan lansia untuk tetap merasa memiliki tujuan hidup dan keterlibatan dalam lingkungan sosialnya, sehingga interaksi sosial dapat tetap terjaga dengan baik.⁷⁷

Di samping itu, kebermaknaan hubungan sosial juga menjadi aspek penting dalam mempertahankan interaksi sosial lansia. Hubungan sosial yang tidak hanya bersifat rutin, tetapi juga memberikan rasa dihargai, didengar, dan dipahami akan memberikan dampak yang lebih besar terhadap kesejahteraan lansia. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia yang merasakan kualitas hubungan sosial yang baik cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi serta kondisi psikologis yang lebih stabil. Dengan demikian, interaksi sosial yang terjalin secara positif dan bermakna dapat memperkuat peran lansia dalam lingkungan sosialnya serta mendukung terciptanya kesejahteraan secara menyeluruh.⁷⁸

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak semua lansia memiliki tingkat interaksi

sosial yang baik. Beberapa penelitian menemukan bahwa sebagian lansia cenderung mengalami penurunan interaksi sosial akibat faktor seperti tinggal sendiri, kehilangan pasangan hidup, keterbatasan mobilitas, serta kondisi kesehatan yang menurun. Kondisi tersebut menyebabkan lansia lebih rentan mengalami isolasi sosial dan kesepian, sehingga interaksi sosial menjadi terbatas.⁷⁹

Selain itu, terdapat penelitian yang menyatakan bahwa meskipun lansia tinggal bersama keluarga, interaksi sosial belum tentu berjalan dengan optimal apabila komunikasi dalam keluarga kurang baik atau adanya kesibukan anggota keluarga lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan keluarga tidak selalu menjamin tingginya interaksi sosial, melainkan kualitas hubungan dan komunikasi yang terjalin juga sangat berpengaruh.⁸⁰

Menurut asumsi peneliti dalam penelitian ini, interaksi sosial yang baik pada lansia di Kelurahan Manggala diduga berkaitan dengan karakteristik sosial masyarakat di Kelurahan Manggala yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan. Kondisi tersebut kemungkinan juga dipengaruhi oleh adanya dukungan keluarga dan lingkungan sosial yang masih cukup kuat. Lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki kesempatan yang lebih besar untuk berkomunikasi, berbagi pengalaman,

serta mendapatkan dukungan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, keterlibatan lansia dalam kegiatan masyarakat seperti kegiatan keagamaan maupun kegiatan sosial lainnya juga dapat menjadi sarana bagi lansia untuk tetap aktif berinteraksi dengan orang lain. Kondisi tersebut memungkinkan lansia untuk tetap merasa dihargai, diperhatikan, dan memiliki peran dalam lingkungan sosialnya sehingga interaksi sosial pada lansia tetap terjaga dengan baik.

2. Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari Lansia Di Kelurahan Manggala

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia dalam penelitian ini berada pada kategori mandiri.

Tingginya tingkat kemandirian lansia dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden masih memiliki kemampuan fungsional yang baik dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti mandi, berpakaian, makan, berpindah tempat, serta aktivitas eliminasi. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah status kesehatan lansia.⁸¹ Kondisi kesehatan lansia dalam penelitian ini menunjukkan variasi, di mana terdapat lansia yang memiliki keluhan kesehatan dan sebagian lainnya tidak. Meskipun demikian, sebagian lansia tetap mampu mempertahankan

aktivitas dan kemandiriannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini mengindikasikan bahwa keberadaan keluhan kesehatan tidak selalu secara langsung menyebabkan ketergantungan, karena lansia memiliki kemampuan adaptasi terhadap kondisi kesehatannya.⁸²

Namun demikian, dalam penelitian ini masih terdapat lansia yang berada pada kategori ketergantungan, baik sedang maupun total. Kondisi ini menunjukkan bahwa penurunan fungsi fisik akibat proses penuaan tetap menjadi permasalahan yang nyata pada sebagian lansia. Lansia pada kategori ini umumnya mengalami keterbatasan dalam melakukan satu atau lebih aktivitas dasar, sehingga membutuhkan bantuan orang lain. Kondisi ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia, maka terjadi penurunan kemampuan fisiologis seperti kekuatan otot, keseimbangan, dan koordinasi tubuh yang berdampak pada menurunnya kemandirian.⁸³

Selain faktor fisik, kondisi kesehatan kronis juga berkontribusi terhadap tingkat ketergantungan lansia. Dalam penelitian ini, hampir setengah responden memiliki keluhan kesehatan yang mengganggu aktivitas, yang berpotensi menyebabkan keterbatasan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Penyakit kronis seperti diabetes melitus atau

gangguan muskuloskeletal dapat memperburuk kondisi fungsional lansia, sehingga meningkatkan ketergantungan terhadap bantuan orang lain.⁸⁴

Di sisi lain, faktor lingkungan dan dukungan sosial juga berperan penting dalam mempertahankan kemandirian lansia. Mayoritas responden dalam penelitian ini tinggal bersama keluarga, yang memungkinkan adanya dukungan dalam bentuk bantuan fisik maupun emosional. Dukungan keluarga tidak hanya membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, tetapi juga dapat meningkatkan motivasi untuk tetap aktif dan mempertahankan kemandirian. Lansia yang mendapatkan dukungan yang baik cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dan kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam melakukan aktivitas sehari-hari.⁸⁵

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori mandiri, namun tetap terdapat lansia dengan tingkat ketergantungan tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia merupakan kondisi yang dinamis dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal seperti kondisi fisik dan kesehatan,⁸⁶ maupun eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan sosial.⁸⁷

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari merupakan indikator penting dalam menentukan tingkat kemandirian lansia. Lansia yang memiliki kemampuan ADL (*Activities of Daily Living*) yang baik cenderung lebih mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari serta memiliki kondisi kesehatan yang lebih baik dibandingkan lansia yang mengalami ketergantungan.⁸⁸

Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa lansia yang mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri memiliki kualitas hidup yang lebih baik, karena kemandirian dalam melakukan aktivitas dasar dapat meningkatkan rasa percaya diri, mempertahankan fungsi fisik, serta membantu lansia tetap aktif dalam kehidupan sehari-hari.⁸⁹

Lebih lanjut, tingkat kemandirian lansia juga dapat dipengaruhi oleh kebiasaan aktivitas fisik yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Lansia yang terbiasa melakukan aktivitas secara mandiri sejak usia produktif cenderung memiliki kemampuan fungsional yang lebih baik saat memasuki usia lanjut. Aktivitas fisik ringan seperti berjalan, melakukan pekerjaan rumah tangga, maupun mengikuti kegiatan sosial dapat membantu mempertahankan kekuatan otot, keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa

lansia yang tetap aktif secara fisik memiliki risiko yang lebih rendah mengalami penurunan fungsi dalam aktivitas sehari-hari dibandingkan dengan lansia yang kurang aktif.⁹⁰

Selain aspek fisik, faktor psikologis seperti motivasi dan kepercayaan diri juga memiliki peran penting dalam mempertahankan kemandirian lansia. Lansia yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih berusaha untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri meskipun menghadapi keterbatasan tertentu. Sebaliknya, lansia yang merasa tidak mampu atau terlalu bergantung pada bantuan orang lain cenderung mengalami penurunan kemandirian. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sikap positif dan rasa percaya diri dapat mendorong lansia untuk tetap aktif serta mempertahankan fungsi kemandirian dalam jangka waktu yang lebih lama.⁹¹

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak semua lansia memiliki tingkat kemandirian yang baik dalam aktivitas sehari-hari. Beberapa penelitian menemukan bahwa sebagian besar lansia justru berada pada kategori ketergantungan ringan hingga sedang, terutama pada lansia dengan usia lanjut, kondisi kesehatan yang

menurun, serta adanya penyakit kronis yang membatasi aktivitas fisik.⁹²

Selain itu, terdapat penelitian yang menyatakan bahwa meskipun lansia tinggal bersama keluarga, kemandirian tidak selalu tinggi karena adanya kecenderungan keluarga untuk terlalu membantu lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kondisi ini dapat menyebabkan lansia menjadi kurang aktif dan bergantung, sehingga kemandirian dalam aktivitas sehari-hari menurun. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang berlebihan tanpa memperhatikan kemampuan lansia justru dapat menghambat kemandirian.⁹³

Menurut asumsi peneliti, tingginya tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia di Kelurahan Manggala tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi kesehatan responden, tetapi juga oleh pola dukungan yang diterima dalam kehidupan sehari-hari. Lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki peluang lebih besar untuk tetap terlibat dalam aktivitas mandiri karena adanya dorongan, pendampingan, serta interaksi yang berkelanjutan. Di sisi lain, kondisi kesehatan yang relatif tidak mengganggu memungkinkan lansia untuk tetap melakukan aktivitas fisik secara optimal. Kombinasi antara kondisi kesehatan yang cukup baik dan dukungan keluarga yang proporsional tersebut diduga

menjadi faktor yang berperan dalam mempertahankan kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

3. Tingkat Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Manggala

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang baik. Hal ini menggambarkan bahwa lansia mampu mempertahankan kesejahteraan dalam berbagai aspek kehidupan, meskipun masih terdapat sebagian lansia yang berada pada kategori cukup dan kurang.

Kualitas hidup lansia yang baik dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya kondisi kesehatan fisik, keadaan psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan tempat tinggal. Lansia yang memiliki kondisi fisik yang cukup baik, mampu beradaptasi dengan perubahan usia, serta tetap aktif dalam kehidupan sehari-hari cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Selain itu, dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar juga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia.⁹⁴

Namun demikian, masih terdapat lansia dengan kualitas hidup yang tidak optimal. Kondisi ini menunjukkan adanya variasi kualitas hidup di antara responden. Lansia pada kelompok ini cenderung mengalami keterbatasan, baik secara fisik maupun psikologis. Penurunan kondisi fisik akibat proses penuaan dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan dalam beraktivitas,

sehingga memengaruhi persepsi lansia terhadap kualitas hidupnya.⁹⁵

Variasi kualitas hidup tersebut juga dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan yang berbeda pada setiap lansia. Lansia yang memiliki keluhan kesehatan berpotensi mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, yang selanjutnya dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup. Meskipun demikian, terdapat lansia yang tetap memiliki kualitas hidup yang baik meskipun memiliki keluhan kesehatan, yang menunjukkan adanya kemampuan adaptasi terhadap kondisi yang dialami.⁹⁶

Selain faktor kesehatan, dukungan sosial juga menjadi faktor penting dalam menentukan kualitas hidup lansia. Dalam penelitian ini, sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga, sehingga memungkinkan adanya dukungan emosional maupun fisik. Dukungan keluarga dapat meningkatkan rasa aman, mengurangi perasaan kesepian, serta membantu lansia dalam menghadapi keterbatasan yang dimiliki. Kondisi ini memberikan rasa aman, nyaman, dan dihargai bagi lansia, sehingga berdampak positif terhadap kualitas hidup mereka.⁹⁷ Selain itu, keterlibatan lansia dalam kegiatan sosial maupun keagamaan juga dapat membantu meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan secara keseluruhan.⁹⁸

Secara teori, kualitas hidup merupakan persepsi individu terhadap posisinya dalam kehidupan yang dipengaruhi oleh konteks budaya, sistem nilai, tujuan hidup, harapan, serta standar yang dimiliki. Pada lansia, kualitas hidup mencakup beberapa aspek penting yaitu kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Keempat aspek ini saling berhubungan dan berperan dalam menentukan tingkat kesejahteraan lansia secara menyeluruh. Lansia dengan kondisi fisik yang baik, hubungan sosial yang positif, serta lingkungan yang mendukung cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi.⁹⁹

Salah satu aspek yang memiliki peran penting dalam kualitas hidup lansia adalah aspek psikologis. Faktor psikologis seperti penerimaan diri dan kemampuan mengelola stres juga berperan dalam menentukan kualitas hidup lansia. Lansia yang mampu menerima perubahan yang terjadi akibat proses penuaan serta memiliki sikap positif terhadap kehidupannya cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Kondisi ini memungkinkan lansia untuk tetap merasa bahagia, memiliki tujuan hidup, serta mampu menghadapi berbagai keterbatasan dengan lebih adaptif, sehingga kualitas hidup dapat tetap terjaga secara optimal.¹⁰⁰

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa lansia dengan kondisi kesehatan yang baik, memiliki hubungan sosial yang positif, serta mendapatkan dukungan keluarga yang cukup cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Dukungan sosial yang baik dapat membantu lansia dalam mengatasi stres, mengurangi perasaan kesepian, serta meningkatkan kepuasan hidup.¹⁰¹

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga oleh faktor psikologis dan sosial. Lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik serta tetap terlibat dalam aktivitas masyarakat cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan yang lebih tinggi.¹⁰² Selain itu, lingkungan yang aman, nyaman, serta tersedianya fasilitas yang mendukung juga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.¹⁰³

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia cenderung berada pada kategori sedang hingga rendah. Beberapa penelitian menemukan bahwa penurunan kualitas hidup pada lansia dipengaruhi oleh faktor seperti penyakit kronis, keterbatasan fisik, kehilangan pasangan hidup, serta kurangnya dukungan sosial yang memadai. Kondisi tersebut menyebabkan lansia lebih

rentan mengalami kesepian, depresi, serta penurunan kesejahteraan secara keseluruhan.¹⁰⁴

Selain itu, terdapat penelitian yang menyatakan bahwa meskipun lansia memiliki kondisi fisik yang cukup baik, kualitas hidup belum tentu tinggi apabila tidak didukung oleh kondisi psikologis yang baik dan lingkungan sosial yang mendukung. Lansia yang mengalami stres, kecemasan, atau kurangnya interaksi sosial tetap dapat memiliki kualitas hidup yang rendah meskipun secara fisik masih mampu beraktivitas.¹⁰⁵

Menurut asumsi peneliti, kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala yang sebagian besar berada pada kategori baik kemungkinan dipengaruhi oleh adanya dukungan keluarga yang kuat serta lingkungan sosial yang masih mendukung. Lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki kesempatan untuk tetap berinteraksi, mendapatkan perhatian, serta merasa dihargai dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, keterlibatan lansia dalam kegiatan sosial dan keagamaan juga menjadi faktor yang membantu lansia mempertahankan kesejahteraan hidupnya. Kondisi tersebut memungkinkan lansia untuk tetap merasa memiliki peran dalam lingkungan sosialnya sehingga kualitas hidup mereka dapat terjaga dengan baik.

4. Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Manggala

Hubungan antara interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia dalam penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi sosial merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan lansia. Lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki interaksi sosial kurang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik interaksi sosial yang dimiliki lansia, maka semakin baik pula kualitas hidupnya.

Secara teoritis, interaksi sosial berperan dalam meningkatkan kualitas hidup terutama pada aspek psikologis dan sosial.¹⁰⁶ Lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik cenderung lebih aktif dalam kehidupan sehari-hari, memiliki hubungan yang harmonis dengan keluarga maupun lingkungan, serta memperoleh dukungan emosional dan sosial yang memadai. Kondisi tersebut membuat lansia merasa dihargai, memiliki rasa memiliki dalam lingkungan sosialnya, serta mampu mengurangi perasaan kesepian. Dengan demikian, interaksi sosial yang baik dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, kepuasan hidup, dan pada akhirnya berdampak positif terhadap kualitas hidup lansia secara keseluruhan.¹⁰⁷

Dalam konteks penelitian ini, tingginya kualitas hidup pada lansia dengan interaksi sosial baik dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sosial yang mendukung. Sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga dan masih aktif dalam kegiatan sosial maupun keagamaan, sehingga mereka memiliki kesempatan untuk berinteraksi secara rutin. Interaksi tersebut tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai bentuk dukungan sosial yang dapat mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial pada lansia.¹⁰⁸

Sebaliknya, lansia dengan interaksi sosial kurang baik cenderung memiliki keterbatasan dalam menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Kondisi ini dapat menyebabkan perasaan kesepian, kurangnya dukungan emosional, serta menurunnya kepercayaan diri, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, rendahnya interaksi sosial dapat menjadi salah satu faktor risiko menurunnya kesejahteraan lansia.¹⁰⁹

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa interaksi sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia. Interaksi sosial yang baik memungkinkan lansia untuk tetap berpartisipasi dalam kehidupan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, serta memperkuat hubungan dengan orang lain.¹¹⁰

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa lansia yang memiliki dukungan sosial yang baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi, yang tercermin dari kondisi psikologis yang lebih stabil, tingkat stress yang lebih rendah, serta kepuasan hidup yang lebih baik.¹¹¹ Sebaliknya, lansia yang mengalami keterbatasan dalam berinteraksi sosial lebih berisiko mengalami kesepian, depresi, serta penurunan kualitas hidup.¹¹²

Lebih lanjut, hubungan antara interaksi sosial dan kualitas hidup lansia juga dapat dipahami melalui peran interaksi sebagai sarana pemenuhan kebutuhan emosional dan psikologis. Lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik cenderung mendapatkan dukungan dalam bentuk perhatian, empati, serta kesempatan untuk berbagi pengalaman hidup. Kondisi ini tidak hanya membantu lansia dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi, tetapi juga meningkatkan rasa bermakna dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan emosional melalui interaksi sosial yang positif berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan hidup serta kesejahteraan psikologis lansia.¹¹³

Di sisi lain, kualitas interaksi sosial juga menjadi faktor yang menentukan kuatnya hubungan dengan kualitas hidup. Interaksi yang bersifat positif, suportif, dan saling menghargai akan

memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan interaksi yang hanya bersifat formal atau terbatas. Lansia yang terlibat dalam hubungan sosial yang hangat dan bermakna cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi serta mampu mempertahankan kondisi psikologis yang stabil. Dengan demikian, tidak hanya frekuensi interaksi, tetapi juga kualitas hubungan sosial menjadi aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.¹¹⁴

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa interaksi sosial tidak selalu memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi kesehatan fisik, status ekonomi, dan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Pada kondisi tertentu, meskipun lansia memiliki interaksi sosial yang baik, kualitas hidupnya tetap rendah akibat adanya penyakit kronis atau keterbatasan fisik yang dialami.¹¹⁵

Selain itu, terdapat penelitian yang menemukan bahwa interaksi sosial yang tinggi tidak selalu berdampak positif terhadap kualitas hidup apabila tidak disertai dengan kualitas hubungan yang baik. Interaksi sosial yang bersifat negatif, seperti adanya konflik dalam keluarga atau lingkungan, justru dapat

menurunkan kesejahteraan psikologis lansia dan berdampak pada penurunan kualitas hidup.¹¹⁶

Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh interaksi sosial terhadap kualitas hidup lansia tidak bersifat universal, melainkan sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi serta konteks sosial tempat lansia berada. Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada penekanan bahwa hubungan antara interaksi sosial dan kualitas hidup tidak hanya ditentukan oleh frekuensi interaksi, tetapi juga oleh kualitas interaksi yang bersifat suportif dan bermakna. Selain itu, dalam penelitian ini sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga dan masih aktif dalam kegiatan sosial serta keagamaan, sehingga interaksi yang terjadi memberikan dukungan emosional yang lebih kuat. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa peran keluarga sebagai lingkungan sosial terdekat berfungsi sebagai penguat dalam hubungan antara interaksi sosial dan kualitas hidup lansia. Dengan demikian, konteks sosial yang memiliki nilai kekeluargaan yang kuat menjadi faktor pembeda yang memperkuat kualitas hidup lansia.

Menurut asumsi peneliti, adanya hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala kemungkinan disebabkan oleh kondisi sosial masyarakat yang masih cukup baik serta adanya dukungan

keluarga yang kuat. Lansia yang memiliki interaksi sosial baik cenderung lebih sering berkomunikasi, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, serta mendapatkan dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya. Hal ini membuat lansia merasa lebih dihargai, diperhatikan, dan memiliki peran dalam kehidupan sosialnya sehingga berdampak positif terhadap kualitas hidup mereka.

5. Hubungan Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Manggala

Hubungan antara kemandirian aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kemandirian merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kualitas hidup. Lansia yang memiliki tingkat kemandirian yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang mengalami ketergantungan. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian lansia, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dimiliki.

Secara teoritis, kemandirian dalam aktivitas sehari-hari merupakan indikator penting dalam menilai kemampuan fungsional lansia. Lansia yang mandiri cenderung memiliki kemampuan fisik yang lebih baik, lebih percaya diri, serta memiliki kebebasan dalam menjalankan aktivitas tanpa

bergantung pada orang lain.⁴ Lansia yang mampu melakukan aktivitas dasar secara mandiri, seperti makan, mandi, berpakaian, mobilitas, dan eliminasi, cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Kemandirian tersebut membuat lansia merasa lebih berdaya, memiliki kontrol terhadap kehidupannya, serta meningkatkan rasa percaya diri. Selain berdampak pada aspek fisik, kemandirian juga memberikan pengaruh positif terhadap kondisi psikologis dan sosial, karena lansia tetap dapat berperan dalam kehidupan sehari-hari dan tidak bergantung sepenuhnya pada orang lain.¹¹⁷

Teori penuaan juga menjelaskan bahwa penurunan fungsi fisik merupakan proses alami yang dapat mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Namun, lansia yang mampu mempertahankan aktivitas fisik dan kemandiriannya akan lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan tersebut, sehingga tetap dapat menjalani kehidupan dengan baik.¹¹⁸

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kemandirian memiliki keterkaitan yang erat dengan faktor lain seperti kondisi kesehatan dan dukungan sosial. Lansia yang memiliki kondisi kesehatan yang baik dan mendapatkan dukungan keluarga cenderung lebih mampu mempertahankan kemandiriannya. Sebaliknya, adanya penyakit kronis atau keterbatasan fisik dapat

menurunkan kemampuan lansia dalam beraktivitas, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas hidup.⁹⁶

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa lansia dengan tingkat kemandirian yang tinggi dalam aktivitas sehari-hari cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang mengalami ketergantungan. Kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari memungkinkan lansia untuk tetap aktif, mempertahankan fungsi fisik, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis.¹¹⁹

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri berkaitan erat dengan tingkat kepuasan hidup, dimana lansia yang mandiri cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, lebih produktif, serta memiliki peran dalam kehidupan sosialnya. Sebaliknya, lansia yang mengalami ketergantungan lebih berisiko mengalami keterbatasan aktivitas, perasaan bergantung pada orang lain, serta penurunan kualitas hidup.¹²⁰

Di sisi lain, kemandirian juga berkaitan dengan kemampuan lansia dalam mengelola keterbatasan yang dimiliki. Lansia yang mampu menyesuaikan aktivitasnya sesuai dengan kondisi fisik cenderung tetap dapat menjalankan fungsi sehari-hari secara optimal. Adaptasi ini memungkinkan lansia untuk tetap aktif dan

tidak sepenuhnya bergantung pada orang lain, sehingga kualitas hidup dapat tetap dipertahankan. Dengan demikian, kemandirian tidak hanya mencerminkan kemampuan fisik, tetapi juga kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi.¹²¹

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kemandirian aktivitas sehari-hari tidak selalu memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi kesehatan mental, dukungan sosial, serta status ekonomi. Dalam kondisi tertentu, lansia yang memiliki tingkat ketergantungan tetap dapat memiliki kualitas hidup yang baik apabila mendapatkan dukungan keluarga yang optimal serta lingkungan yang suportif.¹²²

Selain itu, terdapat penelitian yang menemukan bahwa lansia yang mandiri secara fisik belum tentu memiliki kualitas hidup yang tinggi, terutama apabila mereka mengalami masalah psikologis seperti kesepian, stres, atau kurangnya interaksi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kemandirian fisik saja tidak cukup untuk menjamin kualitas hidup yang baik tanpa didukung oleh aspek psikologis dan sosial yang memadai.¹²³

Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara kemandirian aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup lansia tidak bersifat sederhana, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada penekanan bahwa kemandirian lansia tidak hanya dipahami sebagai kemampuan fisik dalam melakukan aktivitas sehari-hari, tetapi juga sebagai bentuk kemampuan adaptif lansia dalam menyesuaikan aktivitasnya sesuai dengan kondisi kesehatan yang dimiliki. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa meskipun sebagian lansia memiliki keterbatasan fisik atau keluhan kesehatan, mereka tetap mampu mempertahankan tingkat kemandirian dalam batas tertentu melalui penyesuaian aktivitas sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa kemandirian bersifat dinamis dan tidak sepenuhnya ditentukan oleh kondisi fisik semata, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi.

Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai faktor penguat dalam mempertahankan kemandirian lansia. Dukungan yang diberikan tidak hanya dalam bentuk bantuan fisik, tetapi juga motivasi dan dukungan emosional yang mendorong lansia untuk tetap aktif dan mandiri. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada penegasan bahwa kemandirian lansia merupakan hasil

interaksi antara kemampuan fisik, adaptasi individu, dan dukungan sosial, yang secara bersama-sama berkontribusi terhadap kualitas hidup lansia..

Menurut asumsi peneliti, adanya hubungan antara kemandirian aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Manggala kemungkinan dipengaruhi oleh kondisi sosial dan dukungan keluarga yang cukup kuat di lingkungan tersebut. Sebagian besar lansia yang tinggal bersama keluarga tetap mendapatkan dorongan untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Selain itu, pola dukungan keluarga yang tidak sepenuhnya menggantikan peran lansia dalam aktivitas sehari-hari memungkinkan lansia tetap aktif dan mempertahankan kemandiriannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan keluarga di Kelurahan Manggala tidak hanya berperan sebagai pemberi bantuan, tetapi juga sebagai pendorong kemandirian lansia, sehingga mereka tetap merasa memiliki peran dan mampu mempertahankan kualitas hidup yang baik meskipun terdapat keterbatasan fisik.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari bahwa masih terdapat beberapa keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pada saat proses pengumpulan data, sebagian responden lansia menunjukkan rasa lelah atau jenuh ketika menjawab pertanyaan dalam kuesioner. Kondisi tersebut menyebabkan peneliti perlu menyesuaikan waktu pengisian kuesioner agar responden tetap dapat memberikan jawaban dengan baik.
2. Beberapa responden lansia mengalami keterbatasan dalam memahami pertanyaan, sehingga peneliti perlu memberikan penjelasan tambahan yang berpotensi mempengaruhi pemahaman responden terhadap pertanyaan yang diberikan
3. Penelitian ini dilakukan hanya pada lansia di Kelurahan Manggala, sehingga hasil penelitian ini belum tentu dapat digeneralisasikan pada populasi lansia di wilayah lain.
4. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*, yaitu pengambilan data yang dilakukan pada satu waktu tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini hanya dapat menggambarkan hubungan antar variabel pada saat penelitian dilakukan dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara lebih mendalam.