

Efektivitas Program Aktivitas Berkelompok terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti X

Nadine Amanta Lohanda Nasution¹ Adyuta Manohara Marakata² Roswiyani³

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat, DKI Jakarta, Indonesia^{1,2,3}

Email: nadine.705230059@stu.untar.ac.id¹ adyuta.705230314@stu.untar.ac.id²
roswiyani@fpsi.untar.ac.id³

Abstrak

Lansia yang tinggal di panti sosial kerap menghadapi keterbatasan interaksi dengan keluarga dan berkurangnya peran sosial sehingga berisiko menurunkan kualitas hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas program aktivitas berkelompok dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di Panti x. Pemilihan program aktivitas berkelompok didasarkan pada bukti bahwa keterlibatan sosial berhubungan dengan peningkatan kualitas hidup lansia. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest-posttest. Sebanyak 11 lansia (5 laki-laki dan 6 perempuan) berusia 60 tahun ke atas dipilih melalui purposive sampling. Kualitas hidup diukur menggunakan instrumen WHOQOL-BREF26 yang mencakup domain fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Data dianalisis menggunakan uji Paired Sample T-test setelah uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada domain fisik ($p = 0,003$) dan domain hubungan sosial ($p = 0,025$), sedangkan domain psikologis ($p = 0,923$) dan domain lingkungan ($p = 0,940$) tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dapat disimpulkan bahwa program aktivitas berkelompok efektif meningkatkan kualitas hidup lansia pada domain fisik dan hubungan sosial. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar.

Kata Kunci: Kualitas Hidup, Lansia, Aktivitas Berkelompok, WHOQOL-BREF, Panti Werdha



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Kualitas hidup merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan lansia. Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari serta mempertahankan kesejahteraan hidupnya (Mardiana & Sugiharto, 2022). Pada lansia, kualitas hidup yang baik tidak hanya ditandai oleh kesehatan fisik yang memadai, tetapi juga oleh kondisi psikologis yang positif, hubungan sosial yang terjaga, serta kemampuan beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggalnya (Rohmah dkk., 2012). Karena itu, kualitas hidup menjadi indikator yang menggambarkan keberhasilan proses penuaan secara menyeluruh. Permasalahan kualitas hidup menjadi semakin penting pada lansia yang tinggal di panti werdha. Lansia yang menetap di panti sosial sering menghadapi perubahan lingkungan, keterbatasan interaksi dengan keluarga, serta berkurangnya kesempatan untuk menjalankan peran sosial yang sebelumnya dimiliki (Hadipranoto dkk., 2020). Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan perasaan terasing, kurang dihargai, dan menurunnya keterlibatan dalam aktivitas sosial yang bermakna. Situasi ini menunjukkan pentingnya kegiatan yang mampu mendorong partisipasi dan keterlibatan sosial lansia sebagai salah satu upaya meningkatkan kualitas hidupnya. (Hadipranoto dkk., 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan dukungan sosial memiliki hubungan erat dengan kualitas hidup lansia. Kurniawati dkk. (2024) menemukan bahwa lansia yang rutin melakukan latihan fisik memiliki tingkat kualitas hidup yang lebih baik

dibandingkan lansia yang kurang aktif. Selain itu, Rusdiyanti dkk. (2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui pemenuhan kebutuhan emosional dan sosial. Temuan serupa dilaporkan oleh Usman dkk. (2024), yang menyatakan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan kualitas hidup lansia di panti werdha, sedangkan tingkat depresi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup. Selain aktivitas fisik dan dukungan sosial, interaksi sosial juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Andesty dan Syahrul (2019) menemukan bahwa lansia yang memiliki interaksi sosial yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi. Keterlibatan dalam aktivitas sosial memungkinkan lansia memperoleh dukungan emosional, mengurangi rasa kesepian, serta meningkatkan rasa keterhubungan dengan lingkungan sosialnya. Douglas dkk. (2017) menjelaskan bahwa partisipasi sosial berkontribusi terhadap kesehatan fisik, mental, dan kesejahteraan lansia secara keseluruhan. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa aktivitas yang melibatkan interaksi dan partisipasi sosial berpotensi menjadi strategi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

Salah satu bentuk kegiatan yang dapat mendorong partisipasi sosial lansia adalah program aktivitas berkelompok. Keterlibatan dalam aktivitas berkelompok berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih baik karena memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial, memperoleh dukungan sosial, dan mempertahankan peran sosial yang dimiliki (Andesty & Syahrul, 2019; Douglas dkk., 2017; Levasseur dkk., 2008). Dengan demikian, program aktivitas berkelompok berpotensi menjadi salah satu upaya yang dapat mendukung peningkatan kualitas hidup lansia di panti werdha. Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik, dukungan sosial, interaksi sosial, dan kualitas hidup lansia (Kurniawati dkk., 2024; Andesty & Syahrul, 2019; Rusdiyanti dkk., 2024; Usman dkk., 2024), sebagian besar penelitian masih berfokus pada identifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup. Penelitian yang secara langsung mengevaluasi efektivitas program aktivitas berkelompok sebagai intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di panti sosial masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas program aktivitas berkelompok dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di Panti X melalui perbandingan skor kualitas hidup sebelum dan sesudah pelaksanaan program menggunakan instrumen WHOQOL-BREF26.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental *one group pretest-posttest design*. Desain ini melibatkan satu kelompok partisipan yang diberi pengukuran awal (*pretest*), kemudian diberikan intervensi berupa program aktivitas berkelompok, dan setelahnya dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) untuk mengetahui perubahan tingkat kualitas hidup. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria yang ditetapkan peneliti. Kriteria partisipan adalah lansia berusia 60 tahun ke atas yang masih aktif (potensial) dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian. Partisipan berjumlah 11 lansia, terdiri dari 5 laki-laki dan 6 perempuan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup adalah *World Health Organization Quality of Life-BREF26* (WHOQOL-BREF26) yang dikembangkan oleh WHOQOL Group dari *World Health Organization*. WHOQOL-BREF26 merupakan versi singkat dari WHOQOL-100 yang dirancang untuk mengukur kualitas hidup secara lebih praktis dengan tetap mempertahankan karakteristik psikometrik instrumen aslinya. Instrumen ini terdiri dari 26 butir yang mencakup empat domain, yaitu kesehatan fisik (7 item), psikologis (6 item), hubungan sosial (3 item), dan lingkungan (8 item), serta dua item yang mengukur persepsi kualitas hidup dan kesehatan secara umum.

Uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* terhadap data *pretest* dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 27. Hasil analisis menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,545 pada domain fisik, 0,48 pada domain psikologis, 0,756 pada domain hubungan sosial, dan 0,753 pada domain lingkungan. Nilai reliabilitas yang rendah pada domain psikologis dan hubungan sosial diduga dipengaruhi oleh jumlah sampel yang kecil serta sedikitnya jumlah item pada domain tersebut, sehingga interpretasi hasil pada kedua domain ini dilakukan secara berhati-hati. Analisis perbedaan skor *pretest* dan *posttest* dilakukan menggunakan uji *Paired Sample T-test* setelah terlebih dahulu dilakukan uji normalitas.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
DOM1B_PRE	.162	11	.200 ^a	.945	11	.581
DOM2B_PRE	.182	11	.200 ^a	.927	11	.378
DOM3B_PRE	.127	11	.200 ^a	.973	11	.914
DOM4B_PRE	.135	11	.200 ^a	.970	11	.887
dom1b_Post	.170	11	.200 ^a	.889	11	.134
dom2b_Post	.151	11	.200 ^a	.946	11	.590
dom3b_Post	.178	11	.200 ^a	.913	11	.266
dom4b_Post	.212	11	.178	.961	11	.788

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Shapiro-Wilk karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 responden ($n = 11$). Hasil uji menunjukkan bahwa data selisih skor pada domain fisik memiliki nilai signifikansi sebesar 0,292 dan domain psikologis sebesar 0,406 ($p > 0,05$), sehingga kedua domain berdistribusi normal. Sementara itu, domain hubungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar 0,008 dan domain lingkungan sebesar 0,015 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa data pada kedua domain tersebut tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas hanya terpenuhi pada domain fisik dan psikologis.

Hasil Uji Paired Sample T-test

Hasil uji *Paired Sample T-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada domain fisik setelah pelaksanaan intervensi. Rata-rata skor domain fisik meningkat dari 56,17 menjadi 70,45 dengan nilai $t = -3,964$ dan $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup lansia pada domain fisik. Pada domain psikologis, rata-rata skor meningkat dari 56,06 menjadi 64,02. Hasil uji menunjukkan nilai $t = -4,869$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada domain psikologis. Dengan demikian, intervensi yang diberikan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup lansia pada domain psikologis. Pada domain hubungan sosial, rata-rata skor meningkat

dari 48,48 menjadi 56,82. Hasil uji menunjukkan nilai $t = -2,622$ dan $p = 0,026$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan setelah intervensi. Dengan demikian, intervensi berpengaruh terhadap peningkatan kualitas hidup lansia pada domain hubungan sosial. Pada domain lingkungan, rata-rata skor hanya mengalami perubahan kecil dari 52,27 menjadi 52,56. Hasil uji menunjukkan nilai $t = -0,078$ dan $p = 0,940$ ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada domain lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kualitas hidup lansia pada domain lingkungan. Ringkasan hasil uji disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Paired Sample T-test Skor Kualitas Hidup (df = 10)

Domain	Mean Pre	Mean Post	Sig. (p)	Keterangan
Fisik	56,17	70,45	0,003	Signifikan
Psikologis	56,06	64,2	0,001	Signifikan
Hubungan Sosial	48,48	56,82	0,026	Signifikan
Lingkungan	52,27	52,56	0,940	Tidak signifikan

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa program aktivitas berkelompok mampu meningkatkan kualitas hidup lansia secara signifikan pada domain fisik, psikologis, dan hubungan sosial. Peningkatan tersebut ditunjukkan oleh adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada ketiga domain tersebut ($p < 0,05$). Sementara itu, pada domain lingkungan tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* ($p > 0,05$), sehingga intervensi yang diberikan belum menunjukkan pengaruh yang bermakna pada domain lingkungan.

Hasil Analisis Deskriptif

Target Partisipan yang mengikuti kegiatan intervensi ini berjumlah 11 lansia dengan ciri karakteristik yang sama, yaitu lansia potensial dengan umur rata-rata 60 Tahun, dengan total 6 wanita lansia dan 5 Pria Lansia. Dari hasil *pretest* dan *posttest* dilakukan lah perbandingan antara skor rata-rata *pretest* dan *posttest* pada masing masing partisipan. Hasil perbandingan tersebut dapat dilihat pada Tabel.3

Tabel 3. Hasil Perbandingan Mean Pre dan Posttest

No	Nama	Umur	Mean Pretest	Mean Post-test	Mean Difference(Selisih)	Keterangan
1.	ID	70	3.42	3.65	0.23	Meningkat
2.	HD	70	2.42	3.46	1.04	Meningkat
3.	WDJ	67	4.19	4.23	0.04	Meningkat
4.	L	74	2.85	3.11	0.26	Meningkat
5.	P	60	3.70	3.92	0.22	Meningkat
6.	H	70	3.31	3.46	0.15	Meningkat
7.	A	71	2.81	2.88	0.07	Meningkat
8.	H	67	2.81	3.31	0.5	Meningkat
9.	TI	60	2.54	2.73	0.19	Meningkat
10.	D	65	2.20	3.50	1.3	Meningkat
11.	TA	70	3.50	3.69	0.19	Meningkat

Berdasarkan Tabel 3, seluruh partisipan menunjukkan peningkatan skor kualitas hidup setelah mengikuti program intervensi. Hasil perbandingan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa seluruh partisipan mengalami kenaikan skor yang cukup signifikan. Rata-rata skor *pretest* sebesar **3,07** meningkat menjadi **3,45** pada *posttest*. Peningkatan tertinggi

dialami oleh partisipan **D**, dengan selisih skor sebesar **1,30**, diikuti oleh partisipan **HD** dengan peningkatan **1,04**. Sementara itu, peningkatan terendah dialami oleh partisipan **WDJ**, dengan selisih skor **0,04**. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa program intervensi memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup lansia yang menjadi peserta kegiatan.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas Program aktivitas berkelompok dalam meningkatkan kualitas hidup Lansia di Panti X, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program aktivitas berkelompok memberikan pengaruh yang berbeda pada keempat domain kualitas hidup lansia. Peningkatan yang signifikan terjadi pada domain fisik dan hubungan sosial, sementara domain psikologis dan lingkungan tidak mengalami perubahan yang bermakna. Pola ini memberikan gambaran bahwa intervensi berbasis kelompok lebih cepat memengaruhi aspek-aspek yang berkaitan langsung dengan keterlibatan tubuh dan interaksi antarindividu. Peningkatan signifikan pada domain fisik sejalan dengan temuan Kurniawati dkk. (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan lansia dalam aktivitas fisik berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih baik. Program aktivitas berkelompok yang melibatkan gerakan ringan dan kegiatan bersama diduga membantu lansia mempertahankan mobilitas, mengurangi keluhan fisik, serta meningkatkan persepsi terhadap kemampuan tubuhnya. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas yang dilakukan secara rutin dan terstruktur, meski sederhana, dapat memberikan manfaat fisik yang dapat dirasakan dalam waktu relatif singkat. Peningkatan pada domain hubungan sosial mendukung hasil penelitian Andesty dan Syahrul (2019) serta Douglas dkk. (2017) yang menekankan peran interaksi dan partisipasi sosial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Melalui aktivitas berkelompok, lansia memperoleh ruang untuk berinteraksi, membangun kedekatan dengan sesama penghuni panti, dan mengurangi perasaan terisolasi. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa keterlibatan sosial merupakan salah satu mekanisme utama yang menjembatani aktivitas kelompok dengan perbaikan kualitas hidup, sebagaimana dijelaskan dalam kerangka partisipasi sosial oleh Levasseur dkk. (2008).

Sebaliknya, domain psikologis dan lingkungan tidak menunjukkan perubahan yang signifikan. Tidak adanya perubahan pada domain psikologis dapat dipahami karena aspek psikologis seperti penerimaan diri, makna hidup, dan suasana hati umumnya membutuhkan waktu intervensi yang lebih lama untuk berubah. Kondisi ini sejalan dengan Rusdiyanti dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa perbaikan aspek psikologis lebih dipengaruhi oleh dukungan sosial yang berkelanjutan, bukan kegiatan jangka pendek. Sementara itu, domain lingkungan cenderung stabil karena berkaitan dengan kondisi tempat tinggal, fasilitas, dan keamanan panti yang tidak berubah selama periode penelitian, sehingga sulit dipengaruhi hanya melalui program aktivitas kelompok. Rendahnya nilai reliabilitas pada domain psikologis dan hubungan sosial juga perlu menjadi catatan dalam menafsirkan hasil. Nilai *Cronbach's Alpha* yang rendah, bahkan negatif pada domain hubungan sosial, kemungkinan dipengaruhi oleh jumlah item yang sedikit dan ukuran sampel yang kecil ($N = 11$). Karena itu, hasil pada kedua domain tersebut sebaiknya dimaknai sebagai indikasi awal yang masih memerlukan pengujian lebih lanjut. Meskipun demikian, secara keseluruhan temuan penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa program aktivitas berkelompok berpotensi menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di panti werdha, khususnya pada aspek fisik dan sosial. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian efektivitas program aktivitas berkelompok secara eksperimental pada lansia panti, yang sebelumnya sebagian besar hanya dikaji melalui pendekatan korelasional. Temuan ini memberikan kontribusi praktis bagi pengelola panti dalam merancang kegiatan rutin yang berorientasi pada peningkatan kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa program aktivitas berkelompok efektif meningkatkan kualitas hidup lansia di Panti X, khususnya pada domain fisik dan domain hubungan sosial. Peningkatan yang signifikan pada kedua domain tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan lansia dalam kegiatan bersama mampu memperbaiki kondisi fisik sekaligus memperkuat interaksi sosial mereka. Sementara itu, domain psikologis dan lingkungan belum menunjukkan perubahan yang signifikan, yang diduga berkaitan dengan keterbatasan durasi intervensi dan kondisi lingkungan panti yang relatif tetap selama penelitian. Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang kecil, tidak adanya kelompok kontrol, serta nilai reliabilitas yang rendah pada beberapa domain instrumen. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, menambahkan kelompok kontrol, serta memperpanjang durasi intervensi agar pengaruh program terhadap domain psikologis dan lingkungan dapat terlihat lebih jelas. Penelitian berikutnya juga dapat mempertimbangkan instrumen pendukung lain untuk memperkuat hasil pengukuran. Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Panti X atas izin dan dukungannya selama pelaksanaan penelitian, serta kepada seluruh lansia yang telah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andesty, D., & Syahrul, F. (2019). Hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Unit Pelayanan Terpadu (UPTD) Griya Werdha Kota Surabaya tahun 2017. *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(2), 171–182. <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i2.2018.171-182>
- Arywibowo, J. D., & Rozi, H. F. (2024). Kualitas hidup lansia yang tinggal di panti wreda dan faktor-faktor yang memengaruhinya: Tinjauan pustaka pada lansia di Indonesia. *Jurnal EMPATI*, 13(2), 129–142. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.43336>
- Douglas, H., Georgiou, A., & Westbrook, J. (2017). Social participation as an indicator of successful aging: An overview of concepts and their associations with health. *Australian Health Review*, 41(4), 455–462. <https://doi.org/10.1071/AH16038>
- 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), 272–277. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7535.2020>
- Husada, A., Kiftiyah, K., & Rosyidah, N. N. (2021). Analisis domain kualitas hidup lansia dalam kesehatan fisik dan psikologis. *Journals of Ners Community*, 12(1), 59–67. <https://doi.org/10.55129/jnerscommunity.v12i1.1308>
- Kurniawati, B. D., Mulyani, S., & Warsini, S. (2024). Hubungan frekuensi latihan fisik dengan kualitas hidup lansia di BPSTW Yogyakarta Abiyoso. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(6), 1304–1312. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i6.1620>
- Levasseur, M., Desrosiers, J., & Tribble, D. S.-C. (2008). Do quality of life, participation and environment of older adults differ according to level of activity? *Health and Quality of Life Outcomes*, 6(30). <https://doi.org/10.1186/1477-7525-6-30>
- Mardiana, K., & Sugiharto. (2022). Gambaran fungsi kognitif berdasarkan karakteristik lansia yang tinggal di komunitas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 577–584. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1283>
- Puspawati, A. A. A. R., & Rekawati, E. (2017). Depresi berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha di Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 133–138. <https://doi.org/10.7454/jki.v20i3.636>
- Rohmah, A. I. N., Purwaningsih, & Bariyah, K. (2012). Kualitas hidup lanjut usia. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 120–132.



- Rusdiyanti, N., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2024). Quality of life pada lansia: Bagaimana peran dukungan sosial? *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 116–124. <https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11596>
- Usman, I., Hilal, Z., Hutabarat, S., & Nurhayati. (2024). Hubungan dukungan sosial dan tingkat depresi dengan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang. *Nightingale: Journal of Nursing*, 3(1), 1–10.