



## ANALISIS LITERATUR DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA DI INDONESIA

Septiany Putri Winata<sup>1)</sup>, Indah Listya Nugraheni<sup>2)</sup>, Suparmi<sup>3)</sup>

Universitas Sebelas Maret

e-mail: [septianyputriwinata9@student.uns.ac.id](mailto:septianyputriwinata9@student.uns.ac.id)

### Article Info:

• Article submitted: 27 December 2024 • Article received: 21 August 2025 • Available online: 21 August 2025

### ABSTRAK

Lanjut usia (lansia) adalah individu yang berusia lebih dari 60 tahun dan umumnya mengalami penurunan kemampuan fisik maupun psikis. Dalam hal ini, keluarga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan guna meningkatkan kualitas hidup lansia secara stabil dan berkelanjutan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia. Penelitian ini menggunakan pendekatan *literature review* dengan menelusuri artikel-artikel ilmiah yang relevan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Data dikumpulkan melalui aplikasi *Publish or Perish* dengan menggunakan kata kunci yang sesuai dengan topik. Dari pencarian tersebut, diperoleh sebanyak 150 artikel. Selanjutnya dilakukan proses identifikasi dan penyaringan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Setelah proses seleksi, diperoleh 10 artikel yang dinilai paling sesuai dengan fokus penelitian, yaitu mengenai pengaruh dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia. Analisis data dilakukan secara naratif, dengan mengelompokkan temuan berdasarkan bentuk dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia. Berdasarkan hasil analisis tersebut, diketahui bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup lansia. Bentuk dukungan seperti perhatian, kasih sayang, dan interaksi sosial yang positif mampu mengurangi perasaan kesepian pada lansia dan memberikan dorongan emosional yang penting bagi kesejahteraan mereka.

**Kata Kunci:** *Dukungan Keluarga, Kualitas Hidup, Lansia.*

### ABSTRACT

*Elderly people are individuals who are over 60 years old and generally experience a decline in physical and psychological abilities. In this case, the family has an important role in providing support to improve the quality of life of the elderly in a stable and sustainable manner. The aim of this research is to determine the effect of family support on the quality of life of the elderly. This research uses a literature review approach by searching for relevant scientific articles within the last ten years. Data is collected through the Publish or Perish application using keywords appropriate to the topic. From this search, 150 articles were obtained. Next, an identification and screening process is carried out using predetermined inclusion and exclusion criteria. After the selection process, 10 articles were obtained which were deemed to be most appropriate to the research focus, namely regarding the influence of family support on the quality of life of the elderly. Data analysis was carried out narratively, by grouping findings based on the form of family support provided to the elderly. Based on the results of this analysis, it is known that family support has a significant influence on improving the quality of life of the elderly. Forms of support such as attention, affection and positive social interactions can reduce feelings of loneliness in the elderly and provide emotional encouragement that is important for their well-being.*

**Keywords:** *Family Support, Quality Of Life, Elderly.*

## **A. PENDAHULUAN**

Lanjut usia adalah orang yang usianya telah mencapai 60 tahun (Anita Sari, 2021). Proses menua merupakan tahapan perkembangan alami yang tidak dapat dihindari, di mana seseorang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial seiring bertambahnya usia dari masa muda hingga lanjut usia. Menurut (Ikasi & Hasanah, 2019), lanjut usia adalah sebuah tahap kehidupan di mana terjadi penurunan kemampuan tubuh dalam menyesuaikan terhadap lingkungan. Populasi lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, seiring dengan meningkatnya angka kelahiran dan bertambahnya harapan hidup. Peningkatan populasi lansia ini berdampak pada perubahan kondisi sosial yang dipengaruhi oleh proses sosial di masyarakat. Penurunan kemampuan fisik dan psikologis pada lansia turut mempengaruhi kesehatan mereka, sehingga cenderung menarik diri dari hubungan sosial di lingkungan sekitarnya. Kondisi ini merupakan bagian dari perubahan sosial, di mana kurangnya interaksi menyebabkan lansia lebih memilih untuk menyendiri, mengalami isolasi sosial, dan pada akhirnya berdampak negatif terhadap kualitas hidup mereka.

Kualitas hidup adalah persepsi individu pada posisinya dalam kehidupan, konteks budaya, sistem penilaian dalam kehidupan, dan hubungan antara tujuan hidup, harapan, standart, dan perhatian serta fokus dalam hidupnya (Devi, 2019). Kualitas hidup merupakan tanggapan subjektif individu yang sangat dipengaruhi oleh budaya, nilai-nilai pribadi, serta harapan dan tujuan hidup seseorang (Annisa & Pramana, 2021). Pada lansia, kualitas hidup sangat erat kaitannya dengan penurunan kemampuan dalam menjalankan aktivitas, meningkatnya kerentanan terhadap penyakit, serta menurunnya rasa percaya diri. Rendahnya kualitas hidup lansia dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan fisik, yang membuat lansia lebih rentan mengalami gangguan kesehatan dan penurunan fungsi organ tubuh (Fadhli & Sari, 2022). Sebaliknya, kualitas hidup lansia yang baik dapat mencegah berbagai permasalahan kesehatan serta memperlambat proses penurunan fungsi tubuh.

Penurunan fungsi tubuh juga berdampak pada kondisi psikologis lansia, khususnya dalam aspek emosional. Emosional merujuk pada perubahan suasana

hati yang dapat terjadi secara cepat pada lansia. Namun, apabila perubahan emosional ini terjadi secara terus-menerus, hal tersebut tidak dapat dianggap sebagai kondisi normal. Di samping itu, permasalahan sosial di lingkungan, khususnya kurangnya interaksi sosial, merupakan salah satu bentuk gangguan interpersonal yang sering dialami lansia. Kurangnya sosialisasi menyebabkan lansia merasa terisolasi, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, ketika lansia mampu menjalin interaksi sosial dengan baik, mereka cenderung tidak mengalami perasaan kesepian dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Fadhli & Sari, 2022).

Tingkat kebebasan dan kualitas hubungan interaksi sosial memegang peran penting dalam membentuk kondisi psikologis seseorang, termasuk pada lansia. Umumnya, masalah psikologis yang dialami lansia disebabkan oleh munculnya perasaan kesepian akibat kurangnya interaksi sosial. Interaksi sosial sendiri merupakan bentuk hubungan yang terjadi antara satu individu dengan individu lainnya, dan berlangsung secara terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari (Damayanti, Ibrahim, & Khairani, 2021). Kesepian merupakan suatu masalah yang memiliki dampak negatif pada kehidupan lansia (Winningham & piki, 2008) dalam (Hanifah, Maydinar, & Marsiah, 2021). Hal ini sering terjadi ketika seorang lansia kehilangan pasangan, peran keluarganya, atau kehilangan seseorang yang berarti baginya, hal ini akan berdampak pada ketidakmampuan lansia untuk hidup sendiri. Menurut Schulz-Allen, 2014 (Anita Sari, 2021) setiap lansia perlu adanya peran keluarga dan orang terdekat untuk memberikan perhatian pada dirinya.

Menurut (Friedman, 2013) dalam (Ikasi & Hasanah, 2019), keluarga adalah individu yang memiliki hubungan dekat dengan lansia. Keluarga merupakan faktor utama yang berperan sebagai pendukung bagi lansia dan memiliki pengaruh besar terhadap kondisi kesehatan mereka. Di masa tua, keluarga berperan penting dalam memberikan dukungan baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Dukungan keluarga dapat diartikan sebagai hubungan antar anggota keluarga yang saling memberikan perlindungan dari tekanan atau stres yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari (Ikasi & Hasanah, 2019). Dukungan diartikan sebagai bentuk bantuan atau sokongan yang diberikan oleh individu lain, terutama dari lingkungan terdekat,



seperti keluarga dan teman, yang berperan penting dalam memberikan rasa aman dan kenyamanan secara emosional maupun sosial. Faktor utama dukungan adalah untuk meningkatkan percaya diri dan motivasi dalam diri seorang lansia (Beto Suku Rere, Rosdiana, & Rahayu H, 2024). Kontes dukungan keluarga erat kaitannya dengan penyaluran energi positif dalam lingkungan terdekat yang diterima baik dan berpengaruh pada kelangsungan hidup lansia yang berkualitas.

Peran keluarga dalam kehidupan lansia sangat penting, salah satunya adalah memberikan rasa optimis untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Dampak positif dari keterlibatan keluarga ini sangat besar, sehingga perlu dipertahankan demi menunjang kelangsungan hidup lansia. Keluarga tidak hanya memberikan dukungan, tetapi juga dorongan emosional yang membantu membentuk kepribadian interpersonal lansia.

Fenomena di masyarakat menunjukkan bahwa lansia yang dirawat oleh keluarga dengan kasih sayang dan perhatian yang memadai cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Sebaliknya, lansia yang kurang mendapatkan perhatian dari keluarga sering kali mengalami keterbatasan dalam menjalin interaksi sosial. Oleh karena itu, menjaga interaksi sosial antara lansia dan anggota keluarga menjadi hal yang sangat penting. Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik yang terjadi antar individu dalam suatu kelompok sosial tertentu (Paende, 2019). Pada lansia, interaksi sosial memberikan dampak positif, antara lain mampu mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis (Siagian & Sarinasiti, 2022). Peran keluarga sangat berpengaruh terhadap kehidupan lansia, karena keluarga merupakan tempat utama bagi lansia untuk memperoleh dukungan, kenyamanan, dan rasa aman dalam menjalani masa tuanya (Nurfitasari, Handayani, & Asih, 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, khususnya pada motivasi, rasa percaya diri, dan dukungan emosional dan praktis dalam menghadapi tantangan hidup pada masa tua (Surya & Alfita, 2025). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengkaji lebih lanjut bentuk dukungan keluarga dan pengaruhnya pada kualitas hidup lansia.



Hubungan antar individu dalam keluarga mencakup tindakan, sikap, dan penerimaan yang bertujuan menciptakan rasa saling mendukung. Dukungan keluarga terhadap anak merupakan hal yang wajar dan penting dalam menunjang tumbuh kembang anak. Salah satu bentuk konkret dari dukungan tersebut dapat dilihat melalui program layanan keluarga yang berkontribusi pada kesejahteraan sistem perlindungan anak, khususnya dalam konteks perpindahan dari tempat tinggal ke wilayah perkotaan (Toikko, Seppälä, Häkkinen, & Hietamäki, 2022). Dalam pengambilan keputusan yang melibatkan anak, diperlukan adanya dukungan dan pertimbangan dari keluarga agar keputusan yang diambil benar-benar mencerminkan kepentingan terbaik anak (Stafford, Harkin, Rolfe, Morley, & Burton, 2022). Dukungan keluarga juga dapat diwujudkan melalui penyediaan fasilitas yang optimal di lingkungan rumah, yang memungkinkan anak berkembang dalam suasana yang mendukung (Stollberger, Heras, & Rofcanin, 2021).

Menurut Renwick dan Brown (2000), dalam penelitian yang dikaji oleh Rohim dan Rahmawati (2020), lingkungan merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Kualitas hidup tersebut berdampak pada berbagai aspek, seperti kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan tempat tinggal. Dalam konteks ini, kualitas hidup mencakup identifikasi terhadap faktor perilaku, keberadaan, serta kapasitas secara subjektif. Pemenuhan aspek-aspek utama tersebut menjadi hal yang penting, karena apabila tidak terpenuhi, dapat menimbulkan berbagai permasalahan dalam kehidupan lansia.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana bentuk dukungan keluarga dalam menunjang kualitas hidup lansia pada tahap akhir kehidupan? Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk dan peran dukungan keluarga dalam menunjang kualitas hidup lansia pada tahap akhir kehidupan. Penelitian ini penting untuk memahami sejauh mana dukungan keluarga dapat mengoptimalkan aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan pada kehidupan lansia.

## **B. METODE**

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *literature review* naratif untuk mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Secara operasional, tema penelitian difokuskan pada bentuk-bentuk dukungan keluarga, yang mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan, serta dampaknya terhadap kualitas hidup lansia yang meliputi aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Proses pencarian artikel dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *Publish or Perish* dan menggunakan kata kunci “dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia”, “interaksi sosial lansia”, dan “dukungan psikologis lansia”.

Proses seleksi artikel dilakukan dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi guna memastikan relevansi topik serta kualitas sumber yang digunakan. Kriteria inklusi mencakup artikel ilmiah yang diterbitkan dalam rentang waktu 2015 hingga 2024, relevan dengan topik dukungan terhadap lansia, tersedia dalam versi *full-text*, ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris, serta menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, atau *literature review*. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak memiliki relevansi dengan topik penelitian, tidak tersedia dalam akses penuh, diterbitkan sebelum tahun 2015, atau merupakan duplikasi dari artikel lain.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **C.1. Hasil**

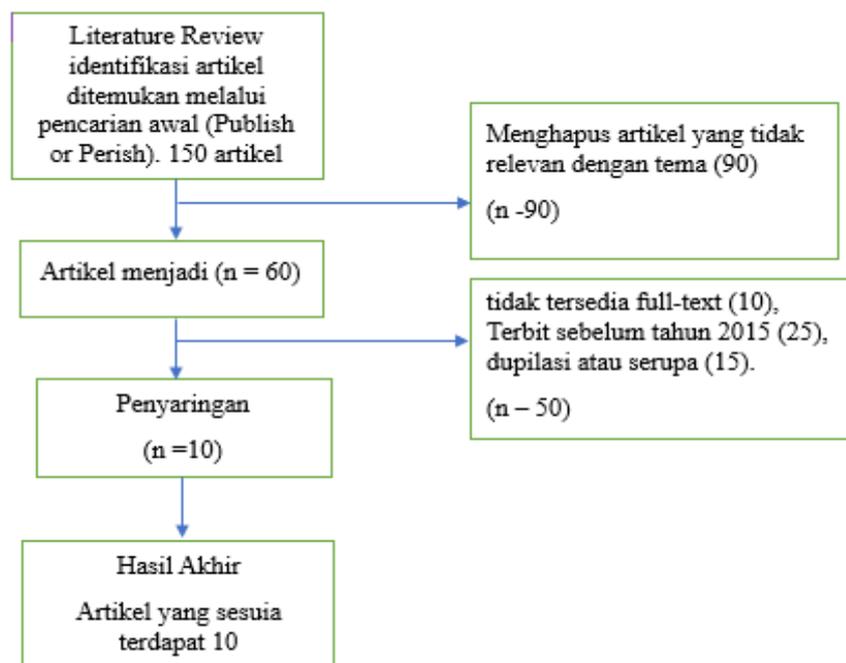
Hasil pencarian awal diperoleh sebanyak 150 artikel, yang kemudian disaring berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Proses penyaringan tersebut menghasilkan 10 artikel utama yang dianalisis lebih lanjut. Beberapa artikel dieliminasi karena tidak relevan dengan topik, tidak tersedia dalam versi *full-text*, atau tidak sesuai dengan tahun publikasi yang ditentukan. Proses seleksi ini disajikan secara rinci dalam Tabel 1, yang memuat daftar artikel yang dikecualikan beserta alasan eksklusi. Selain itu, Gambar 1 menyajikan diagram alur seleksi artikel berdasarkan model Prisma Sederhana. Artikel yang telah lolos seleksi kemudian dianalisis secara naratif dengan cara mengelompokkan informasi

berdasarkan bentuk dukungan keluarga serta dampaknya terhadap kualitas hidup lansia, guna menjawab tujuan penelitian secara komprehensif.

Tabel 1. Artikel yang Dikecualikan Berdasarkan Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi	Jumlah Artikel
Tidak relevan dengan tema dukungan keluarga lansia	90
Artikel tidak tersedia dalam full text	10
Terbit sebelum tahun 2015	25
Artikel serupa	15
<b>Total artikel yang terkecuali</b>	<b>140</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar artikel dikecualikan karena tidak relevan dengan topik penelitian atau tidak memenuhi standar aksesibilitas dan kualitas ilmiah. Oleh karena itu, hanya artikel yang benar-benar sesuai dengan fokus penelitian yang dipilih untuk dianalisis pada tahap selanjutnya. Untuk menggambarkan proses seleksi secara lebih terstruktur dan sistematis, disusun diagram Prisma Sederhana sebagaimana ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alur Seleksi Artikel

Gambar 1 menggambarkan alur kerja proses seleksi mulai dari tahap identifikasi awal hingga penetapan sumber akhir yang digunakan dalam analisis. Setelah proses seleksi selesai, sebanyak 10 artikel terpilih kemudian dianalisis secara naratif dengan mengelompokkan temuan berdasarkan bentuk dukungan keluarga serta pengaruhnya terhadap berbagai aspek kualitas hidup lansia. Tahap analisis ini menjadi dasar dalam penyusunan pembahasan dan kesimpulan pada bagian selanjutnya.

Tabel 2. *Review* Artikel: Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia

Hubungan	Judul	Penulis	Hasil
Interaksi sosial	Dukungan Keluarga Berhubungan dengan Kepuasan Interaksi Sosial pada Lansia	(Ndore, Sulasmini, & Hariyanto, 2017)	Hasil penelitian memaparkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan terhadap kepuasan interaksi sosial dalam diri lansia di Posyandu Lansia Permadi Kecamatan Lowokwaru Malang.
Kemandirian	Dukungan Keluarga bagi Kemandirian Lansia	(Avelina & Wanda, 2018)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang positif berdampak baik bagi kemandirian lansia dan membantu lansia untuk tetap produktif di kehidupan sehari – hari.
Kesepian berkurang	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian pada Lansia yang ditinggal Pasangan di Desa Mensere	(Munandar, Hadi, & Maryah, 2019)	Hasil penelitian menjelaskan ada hubungan positif yang stabil antara dukungan keluarga terhadap tingkat kesepian lansia.
Kepuasan hidup	Dukungan Penghargaan Keluarga Berhubungan dengan Kualitas dan Kepuasan Hidup Lansia di Depok	(Rekawati, Sahar, & Wati, 2020)	Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa dukungan penghargaan keluarga kaitannya erat dengan kepuasan hidup lansia.
Interaksi sosial	Interaksi Sosial pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga	(Anita Sari, 2021)	Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepuasan interaksi sosial lansia di Posyandu Lansia Permadi Kecamatan Lowokwaru Malang.

Hubungan	Judul	Penulis	Hasil
Kualitas hidup	Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading	(Tianka, I. E. 2022)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup yang signifikan.
Pola Hidup	Studi Komparatif Kualitas Hidup Lansia antara yang Tinggal di Keluarga dengan Panti Jompo Tresna Werdha Natar (2022)	(Juita & Shofiyyah, 2022)	Hasil dari penelitian ini menunjukkan keluarga dapat merawat dan melayani para lansia dengan menerapkan pola hidup sehat.
Aktivitas lansia	Peran Keluarga dalam Merawat Lansia	(Juita & Shofiyyah, 2022)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga memiliki kemampuan untuk memberikan pelayanan dan merawat lansia melalui pola hidup yang sehat dan berkualitas. Hal ini diharapkan membantu lansia melakukan aktivitas sehari-hari sesuai kemampuannya.
Kualitas hidup lansia	Hubungan Dukungan Keluarga dan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia	(Setyowati, Rahayu, Purnomo, Supatmi, & Purwaningsih, 2023)	Hasil dari penelitian terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga dan interaksi dengan kualitas hidup lansia.
Kualitas hidup lansia	Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia	(Dwisetyo, 2024)	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kualitas hidup lansia melalui peningkatan fisik, psikologi, dan hubungan sosial.

Penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga memegang peran sentral dalam meningkatkan kualitas hidup lansia melalui berbagai bentuk dukungan, seperti dukungan emosional, penghargaan, serta bantuan dalam menjalani pola hidup sehat. Dukungan keluarga yang stabil terbukti memberikan pengaruh positif terhadap kemandirian lansia, membantu mereka tetap aktif dalam menjalani kehidupan sehari-hari, serta mengurangi risiko kesepian. Selain itu, peran keluarga juga signifikan dalam meningkatkan aspek fisik, psikologis, dan hubungan sosial lansia. Interaksi sosial yang lebih intensif dalam hubungan keluarga dapat membuat lansia merasa lebih dihargai dan diterima, sehingga berkontribusi pada peningkatan

kesejahteraan secara menyeluruh. Konsistensi dukungan keluarga menjadi faktor utama dalam mempertahankan kualitas hidup lansia, terutama di wilayah dengan keterbatasan peningkatan interaksi sosial.

## **C.2. Pembahasan**

### **2.1. Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup**

Salah satu strategi yang dapat digunakan dalam mengatasi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup lansia adalah melalui dukungan keluarga (Avelina & Wanda, 2018). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia, terutama dalam membantu mereka menghadapi berbagai permasalahan yang dialami pada masa lanjut usia. Keluarga menjadi sumber utama dukungan yang dibutuhkan oleh lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Setyowati et al. (2023) mengidentifikasi empat bentuk dukungan keluarga yang dapat diberikan, yaitu dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional. Keempat bentuk dukungan ini berperan penting dalam menciptakan rasa aman, dihargai, dan diberdayakan bagi lansia.

Menurut Tianka (2022), terdapat empat bentuk dukungan keluarga yang dapat berkontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Pertama, dukungan penghargaan merupakan bentuk apresiasi awal yang mampu meningkatkan rasa bahagia pada lansia, karena mereka merasa dihargai dan diakui keberadaannya. Kedua, dukungan emosional mencakup perhatian, kasih sayang, empati, dan pujian, yang membuat lansia merasa terhubung secara emosional dengan anggota keluarganya. Ketiga, dukungan instrumental merujuk pada bantuan nyata atau fisik yang diberikan kepada lansia, seperti pendampingan, perawatan, atau pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Keempat, dukungan informasional berupa pemberian informasi, saran, atau nasihat yang dapat membantu lansia memahami situasi yang dihadapi dan membuat keputusan yang tepat. Hubungan yang erat antara keluarga dan lansia menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam membantu lansia menyelesaikan berbagai permasalahan yang mereka hadapi, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia. Keluarga memiliki kemampuan untuk memberikan pelayanan serta kehadiran yang menjadi wujud nyata dari kasih sayang kepada lansia (Juita & Shofiyyah, 2022). Peran keluarga juga berpengaruh terhadap kondisi kesehatan lansia, terutama dalam hal perawatan dan penerapan pola hidup sehat. Selain itu, ditemukan pula hubungan positif antara dukungan keluarga dan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia, di mana dukungan yang konsisten, termasuk dalam bentuk penghargaan dan perhatian yang berkontribusi terhadap meningkatnya kepuasan hidup lansia.

Selain itu, tingkat kecemasan juga terbukti mempengaruhi kualitas hidup, khususnya pada lansia yang menderita penyakit kronis. Kecemasan yang tinggi dapat menghambat aktivitas sehari-hari dan menurunkan kemampuan fungsional lansia. Setyowati et al. (2023) menyatakan bahwa lansia yang memperoleh dukungan keluarga yang tinggi memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang menerima dukungan rendah. Hal ini diperkuat oleh penelitian Purwitaningsih dan Prayidno (2017) dalam Setyowati et al. (2023), yang menunjukkan bahwa lansia dengan dukungan keluarga memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga sama sekali.

## **2.2. Dampak Keterlibatan Sosial**

Analisis yang dilakukan oleh Setyowati et al. (2023) menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia. Dukungan instrumental yang diberikan keluarga, seperti penyediaan kebutuhan material dan fasilitas sehari-hari, menjadikan keluarga sebagai sumber pertolongan utama bagi lansia. Selain itu, dukungan emosional juga berperan penting, yang dapat diwujudkan melalui pemberian nasihat, saran, atau masukan yang disampaikan secara komunikatif dan penuh empati.

Terlepas dari kondisi lansia, aspek yang paling penting adalah menciptakan lingkungan yang positif. Hal ini dapat dilakukan melalui pemberian perawatan dan pelayanan dengan kesabaran serta keikhlasan, yang merupakan bagian dari fungsi



utama keluarga. Menurut Anita Sari (2021), fungsi keluarga mencakup perasaan saling memiliki, saling menghargai antar anggota keluarga, serta menyediakan lingkungan yang mendukung, termasuk dalam memenuhi kebutuhan dasar lansia seperti sandang, pangan, dan papan.

Lebih lanjut, Dwisetyo (2024) menegaskan bahwa proses peningkatan kualitas hidup lansia dapat dicapai melalui pendekatan holistik, yang mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial. Untuk meningkatkan kesehatan fisik, diperlukan penerapan pola hidup sehat, seperti olahraga teratur dan pola makan yang seimbang. Selain itu, intervensi psikologis juga penting untuk mengurangi tingkat depresi dan kecemasan yang sering dialami oleh lansia (Anita Sari, 2021). Guna meningkatkan keterlibatan sosial, berbagai program dukungan sosial yang positif dapat dilaksanakan sebagai upaya untuk mengurangi kesepian dan secara langsung meningkatkan kualitas hidup lansia.

### **2.3. Hubungan Positif Keluarga**

Menurut Setyowati et al. (2023), terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga dan interaksi sosial terhadap kualitas hidup lansia. Salah satu bentuk dukungan tersebut adalah dukungan instrumental, di mana keluarga menjadi sumber pertolongan utama bagi lansia, seperti melalui penyediaan fasilitas dan kebutuhan sehari-hari. Sementara itu, dukungan emosional dapat diwujudkan dalam bentuk pemberian nasihat, masukan, atau saran yang disampaikan secara terbuka dan komunikatif.

Sebagai kelanjutan dari bentuk dukungan emosional tersebut, peran keluarga untuk menjadi pendengar yang baik juga menjadi bagian yang tak kalah penting. Dukungan emosional yang sederhana namun efektif dapat diwujudkan dengan meluangkan waktu untuk mendengarkan keluh kesah dan kekhawatiran lansia, sehingga mereka merasa dihargai, diperhatikan, dan tidak kesepian. Kondisi ini dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental lansia, karena mereka merasa memiliki tempat untuk berbagi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan rasa aman dan kenyamanan secara emosional.

Namun demikian, perlu disadari bahwa penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang dapat mempengaruhi keluasan dan kedalaman analisis. Salah satu keterbatasan utama adalah jumlah artikel yang dianalisis hanya mencakup sepuluh sumber, serta terbatasnya akses terhadap artikel *full-text* yang relevan lainnya. Hal ini berdampak pada keterbatasan dalam menyajikan perspektif yang lebih komprehensif dari berbagai konteks penelitian. Lebih lanjut, karena pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* naratif, maka hasil analisis bersifat deskriptif dan tidak mencakup pengolahan data secara statistik. Selain itu, perbedaan konteks, desain penelitian, serta variabel antar studi yang dianalisis turut mempengaruhi konsistensi temuan. Meskipun demikian, temuan yang diperoleh tetap memberikan gambaran yang bermakna mengenai peran penting dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pemahaman awal mengenai pentingnya keterlibatan keluarga dalam mendukung kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

#### **D. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa keluarga yang konsisten memberikan dukungan penuh serta interaksi sosial yang positif memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia. Interaksi sosial yang hangat dan simpati dari anggota keluarga dapat membantu mengurangi keterbatasan sosial serta menghilangkan perasaan kesepian yang sering dialami lansia. Kualitas hidup lansia yang dipengaruhi oleh aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan dapat meningkat melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial serta dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga. Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya peran keluarga dalam menjaga komunikasi yang baik dan menciptakan lingkungan yang mendukung, sehingga lansia dapat mempertahankan kebahagiaan dan kesejahteraan mereka. Penelitian ini menegaskan bahwa perhatian keluarga merupakan faktor utama dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Saran yang dapat disampaikan oleh peneliti adalah peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan pendekatan *systematic review* atau meta-analisis dengan cakupan sumber yang lebih luas, metodologi yang lebih seragam, serta analisis data



yang lebih mendalam, sehingga hasil yang diperoleh menjadi lebih kuat dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Dengan demikian, pemahaman tentang peran dukungan keluarga dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dapat lebih komprehensif dan dapat menjadi dasar yang kokoh bagi pengembangan intervensi dan kebijakan di masa mendatang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anita Sari, L. (2021). Interaksi Sosial pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 80–88. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.15575>
- Annisa, E., Herman, Pramana, Y. (2021). Kebutuhan Spiritual dengan Kualitas Hidup pada Lanjut Usia : Literature Review. *Jurnal ProNers*, 6(1), 1-12.
- Avelina, Y., & Wanda, M. O. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kunjungan Lansia di Posyandu Watu Tuhung Desa Umuta Kecamatan Bola Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 1–7.
- Beto Suku Rere, T., Rosdiana, Y., & Rahayu H, W. (2024). Hubungan Kesepian dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Griya Lansia Husnul Khatimah Wajak Malang. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 117–126. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.53>
- Damayanti, I., Ibrahim, & Khairani. (2021). The Correlation Between Social Interaction and Life Quality of Elderly Patients. *Idea Nursing Journal*, 12(1), 33–42.
- Devi, W. O. (2019). Gambaran Kualitas Hidup pada Lansia di Panti Jompo Muhammadiyah Kota Bandung. *Skripsi*. Universitas Bhakti Kencana.
- Dwisetyo, B. (2024). *Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia*. Banyumas: Amarta Media.
- Fadhli, N., & Sari, R. P. (2022). Peran Keluarga dalam Merawat Lansia dengan Kualitas Hidup Lansia. *Adi Husada Nursing Journal*, 7(2), 86-93. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v7i2.202>
- Hanifah, Maydinar, D. D., & Marsiah. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian (Lonliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2), 114–121. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i2.802>



- Ikasi, A., Jumaini, Hasanah, O. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kesepian (Loneliness) pada Lansia. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 1(2), 1–7.
- Juita, D. R., & Shofiyah, N. A. (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia. *Jurnal Agama Sosiasl dan Budaya*, 5(2), 206-219.
- Munandar, I., Hadi, S., & Maryah, V. M. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian pada Lansia yang di Tinggal Pasangan di Desa Mensere. *Nursing New Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2), 447–457.
- Ndore, S., Sulasmini, & Hariyanto, T. (2017). Dukungan Keluarga Berhubungan dengan Kepuasan Interaksi Sosial pada Lansia. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 256.
- Nurfitasari, S., Handayani, L. T., & Asih, S. W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(2), 115–122. <https://doi.org/10.31539/jka.v5i2.7915>
- Paende, E. (2019). Pelayanan Terhadap Jemaat Lanjut Usia sebagai Pengembangan Pelayanan Kategorial. *Missio Ecclesiae*, 8(2), 93–115. <https://doi.org/10.52157/me.v8i2.99>
- Rekawati, E., Sahar, J., & Wati, D. N. K. (2020). Dukungan Penghargaan Keluarga Berhubungan dengan Kualitas dan Kepuasan Hidup Lansia di Depok. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 166–169. <http://dx.doi.org/10.33846/sf11214>
- Rohim, D. C., & Rahmawati, S. (2020). Peran Literasi dalam Meningkatkan Minat Baca Siswa di Sekolah Dasar Negeri. *Jurnal Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian*, 6(3), 230-237. <https://doi.org/10.26740/jrpd.v6n3.p230-237>
- Setyowati, S., Rahayu, B. A., Purnomo, P. S., Supatmi, & Purwaningsih, E. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 25–32. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i4.1862>
- Siagian, I. O., & Sarinasiti, T. (2022). Interaksi Sosial Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 1247–1252.
- Stafford, L., Harkin, J. Anne, R., Morley, C., & Burton, J. A. (2022). Frontline Workers' Challenges in Hearing Children's Voices in Family Support Services. *Australian Social Work*, 75(1), 96–110. <https://doi.org/10.1080/0312407X.2021.1904427>
- Stollberger, J., Heras, M. Las, & Rofcanin, Y. (2021). Sharing Is Caring: The Role of Compassionate Love for Sharing Coworker Work–Family Support at Home to Promote Partners' Creativity at Work. *Journal of Applied Psychology*, 107(10), 1824–1842. <https://doi.org/10.1037/apl0000985>



- Surya, D., & Alfita, L. (2025). Family Support with Quality of Life in the Elderly. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 7(3), 897–902. <https://doi.org/10.34007/jehss.v7i3.2335>
- Toikko, T., Seppälä, P., Häkkinen, L., & Hietamäki, J. (2022). Family Support Services Buffer The Effect of Child Welfare Notifications on Child Removals. *Child and Family Social Work*, 28(2), 372–382. <https://doi.org/10.1111/cfs.12969>