KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Sains Student Research (JSSR)
Vol.4, No.6 Desember 2026
e-ISSN: 3025-9851, p-ISSN : 3025-986X, Hal 180-192
DOI : https://doi.org/10.61722/jssr.v4i6.12827

GAMBARAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI POSYANDU KELURAHAN KOBER PURWOKERTO BARAT BANYUMAS

Ririn Catur Rahayu[1], Priyatin Sulistyowati[2], Wiwik Priyatin[3], Eko Julianto[4]
[1-4] Departemen of Politeknik Yakpermas Banyumas. Jl. Raya Jompo Kulon Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia
*Penulis Korespondensi: ririncatur22@gmail.com

Abstract. *Background: Old age represents the final stage of the human life journey, characterized by various physical, psychological, social, and environmental changes that can impact quality of life. Attention must be paid to the quality of life of the elderly so that they can enjoy their later years in health and happiness. Objective: This study aims to describe the quality of life among the elderly at the Posyandu (Integrated Health Post) in Kober Urban Village, West Purwokerto, Banyumas. Methods: This study employed a quantitative descriptive method with a cross-sectional approach. Instrument: The instrument used was the WHOQOL-BREF questionnaire for assessing the quality of life of the elderly. Results: The study results showed that among the 27 respondents, 12 (44.4%) fell into the "good" quality of life category, 6 (22.2%) into "very good," 6 (22.2%) into "moderate," 2 (7.41%) into "poor," and 1 (3.70%) into the "very poor" category. Conclusion: The quality of life of the elderly at the Posyandu in Kober Urban Village, West Purwokerto, Banyumas, generally falls into the "good" category.*

Keywords: *Elderly, Quality of Life, Posyandu*

Abstrak. Latar belakang: Lansia merupakan tahap akhir dalam perjalanan hidup manusia yang mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Kualitas hidup pada lansia perlu diperhatikan agar lansia bisa menikmati masa tuanya dengan sehat dan bahagia. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kualitas hidup pada lansia di Posyandu Kelurahan Kober, Purwokerto Barat, Banyumas. Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional.* Instrumen: Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kualitas hidup lansia WHOQOL-BREF. Hasil penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 27 responden, kualitas hidup lansia kategori baik sebanyak 12 responden (44,4%), kualitas hidup lansia kategori sangat baik sebanyak 6 responden (22,2%), kualitas hidup lansia kategori sedang sebanyak 6 responden (22,2%), kualitas hidup lansia kategori buruk sebanyak 2 responden (7,41%) dan kualitas hidup lansia kategori sangat buruk sebanyak 1 responden (3,70%). Kesimpulan: Kualitas hidup lansia di Posyandu Kelurahan Kober, Purwokerto Barat, Banyumas secara umum berada pada kategori baik.

Kata kunci: **Lansia, Kualitas Hidup, Posyandu**

1. LATAR BELAKANG

Lansia merupakan tahap akhir dalam perjalanan hidup manusia dan pada tahap ini seseorang akan mengalami berbagai penurunan fungsi. Jumlah lansia di dunia diproyeksikan meningkat dari 1,1 miliar pada tahun 2023 menjadi 1,4 miliar pada tahun 2024. Bahkan diproyeksikan akan mengalami peningkatan menjadi 2,1 miliar di tahun 2050 (Badan Pusat Statistik, 2025).

Naskah Masuk:11 September 2026; Revisi: 12 September 2026; Diterima: 13 September 2026; Terbit: 26 September 2026

Jumlah penduduk lansia di Indonesia terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2020 jumlah lansia mengalami 9,93% atau 26,8 jiwa, pada tahun 2021 jumlah lansia mencapai 10,31% atau 288,1 juta jiwa, pada tahun 2022 jumlah lansia mencapai 10,70% atau 29,5 juta jiwa, pada tahun 2023 jumlah lansia mencapai 11,10% atau 30,9 juta jiwa, pada tahun 2024 jumlah lansia mencapai 11,51% atau 32,4 juta jiwa, dan pada tahun 2025 jumlah lansia mencapai 11,93% atau 33,9 juta jiwa. Jumlah lansia diproyeksikan akan terus meningkat hingga mencapai 20,90% atau 72,03 jiwa pada tahun 2050. Sementara di Jawa Tengah sendiri populasi lansia pada tahun 2021 adalah 4,65 juta orang atau 12,64%, pada tahun 2022 meningkat menjadi 4,86 juta orang atau 13,07%, pada tahun 2023 mencapai 5,07 juta orang atau 13,50%, pada tahun 2024 mencapai 5,28 juta jiwa atau 13,94%. Di daerah Banyumas jumlah lansia mengalami peningkatan pada tahun 2025 menjadi 9,9% dari tahun 2023 yang hanya berjumlah 9,39% dan 2024 9,66%. Di kelurahan Kober sendiri jumlah lansia sekitar 15,58% atau 1.544 jiwa dari total penduduk.

Masalah kesehatan yang dialami lanjut usia berdampak besar terhadap kualitas hidup mereka. Maka dari itu, perlu diperhatikan masalah kesehatan yang dihadapi lansia agar bisa dicegah sejak awal, sehingga kualitas hidup mereka tetap terjaga dan bisa ditingkatkan (Nurmadinah *et al.,* 2025). Hasil penelitian menurut Maydinar *et al.,* (2024), menunjukkan bahwa 51,2% lansia memiliki kualitas hidup yang baik, sementara 48,8% lansia memiliki kualitas hiduop kurang. Menurut Astuti & Soleman, (2024), menunjukkan bahwa 89,9% lansia berada pada kategori kualitas hidup kurang, 10,1% lansia berada pada kualitas hidup baik. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa 67,2% lansia memiliki kualitas hidup sedang, 32,8% lansia memiliki kualitas hidup rendah, dan tidak diperoleh lansia dengan kualitas hidup tinggi (Bawu *et al.,* 2025).

Memahami dan meningkatkan kualitas hidup lansia sangat penting agar lansia bisa menikmati masa tuanya dengan sehat serta bahagia. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang menggambarkan kondisi kualitas hidup lansia secara menyeluruh sebagai dasar perencanaan dan layanan kesehatan yang lebih tepat sasaran.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Jenis pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalaha pendekatan *cross-sectional,* dimana penelitian ini

dilakukan pada satu waktu tertentu saja (Sugiyono, 2023). Penelitian ini memiliki tujuan untuk menggambarkan kualitas hidup pada lansia, meliputi kondisi fisik, psikologis, interaksi sosial, dan lingkungan. Penelitian ini akan dilaksanakan di Posyandu Kelurahan Kober Rt 02 Rw 07, Purwokerto Barat, Banyumas dan dilaksanakan pada bulan Mei 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia berusia ≥60 tahun berjumlah 60 lansia di Posyandu Kelurahan Kober Rt 02 Rw 07, Purwokerto Barat, Banyumas. Sampel pada penelitian ini adalah 27 lansia di Posyandu Kelurahan Kober Rt 02 Rw 07, Purwokerto Barat, Banyumas.

Pada penelitian ini alat yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup lansia adalah kuesioner WHOQL-BREF. Kuesioner ini terdiri dari 26 pertanyaan, responden hanya perlu memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom dengan memilih jawaban yang ada, yaitu sangat buruk/sangat tidak memuaskan/tidak sama sekali/selalu (1), buruk/tidak memuaskan/sedikit/sangat sering (2), biasa-biasa saja/dalam jumlah sedang/sedang/cukup ringan (3), baik/memuaskan/sering kali/jarang (4), sangat baik/sangat memuaskan/tidak sama sekali/tidak pernah (5) (Ariyanto *et al.,* 2020). Cara menghitung skor kualitas hidup (Erinsyah *et al.,* 2024):

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase

f : Frekuensi (jumlah responden pada kategori tertentu)

n : Jumlah seluruh responden

Hasil :

1. Kualitas hidup sangat buruk : 0-20
2. Kualitas hidup buruk : 21-40
3. Kualitas hidu sedang : 41-60
4. Kualitas hidup baik : 61-80
5. Kualitas hidup sangat baik : 81-100

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Lansia

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
60-74 Tahun (usia lanjut)	20	74,10
75-90 Tahun (usia tua)	7	25,90
Total	**27**	**100**
Jenis Kelamin		
Perempuan	20	74,10
Laki-laki	7	25,90
Total	**27**	**100**

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa dari 27 responden dengan usia 60-74 tahun sebanyak 20 responden (74,10%) dan usia 75- 90 tahun sebanyak 7 responden (25,90%), menunjukkan bahwa dari 27 responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden (74,10%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 7 responden (25,90%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Responden Berdasarkan Kondisi fisik, Psikologis, Interaksi Sosial, dan Lingkungan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Kondisi Fisik		
Sangat buruk	0	0,00
Buruk	1	3,70
Sedang	11	40.74
Baik	9	33,33
Sangat baik	6	22,22

Total	**27**	**100**
Psikologis		
Sangat buruk	0	0,00
Buruk	2	7,41
Sedang	8	29,63
Baik	9	33,33
Sangat baik	8	29,63
Total	**27**	**100**
Interaksi Sosial		
Sangat buruk	1	3,70
Buruk	2	7,41
Sedang	9	33,33
Baik	11	40.74
Sangat baik	4	14,81
Total	**27**	**100**
Lingkungan		
Sangat buruk	0	0,00
Buruk	3	11,11
Sedang	9	33,33
Baik	6	22,22
Sangat baik	9	33,33
Total	**27**	**100**

Berdasarkan tabel 4.2 pada domain kondisi fisik menunjukkan bahwa dari 27 responden, lansia dengan kondisi fisik sedang sebanyak 11 responden (40,74%), lansia dengan kondisi baik sebanyak 9 responden (33,33%), lansia dengan kondisi fisik sangat

baik sebanyak 6 responden (22,22%), lansia dengan kondisi fisik buruk sebanyak 1 responden (3,70%), dan tidak ditemukan lansia dengan konsisi fisik sangat buruk.

Pada domain psikologis menunjukkan bahwa dari 27 responden, lansia dengan psikologis baik sebanyak 9 responden (33,33%), lansia dengan psikologis sangat baik sebanyak 8 responden (29,63%), lansia dengan psikologis sedang sebanyak 8 responden (29,63%), lansia dengan psikologis buruk sebanyak 2 responden (7,41%), dan tidak ditemukan lansia dengan psikologis sangat buruk.

Pada domain interaksi sosial menunjukkan bahwa dari 27 responden, lansia dengan interaksi sosial baik sebanyak 11 responden (40,74%), lansia dengan interaksi sosial sedang sebanyak 9 responden (33,33%), lansia dengan interaksi sosial sangat baik sebanyak 4 responden (14,81), lansia dengan interaksi sosial buruk sebanyak 2 responden (7,41%), dan lansia dengan interaksi sosial sangat buruk sebanyak 1 responden (3,70%).

Sementara itu, pada domain lingkungan menunjukkan bahwa dari 27 responden, lansia dengan lingkungan sangat baik sebanyak 9 responden (33,33%), lansia dengan lingkungan sedang sebanyak 9 responden (33,33%), lansia dengan lingkungan baik

sebanyak 6 responden (22,22%), lansia dengan lingkungan buruk sebanyak 3 responden (11,11%), dan tidak ditemukan lansia dengan lingkungan sangat buruk.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Responden

Karakteristik	**Frekuensi**	**Presentase (%)**
Sangat buruk	1	3,70
Buruk	2	7,41
Sedang	6	22,22
Baik	12	44,44
Sangat baik	6	22,22
Total	**27**	**100**

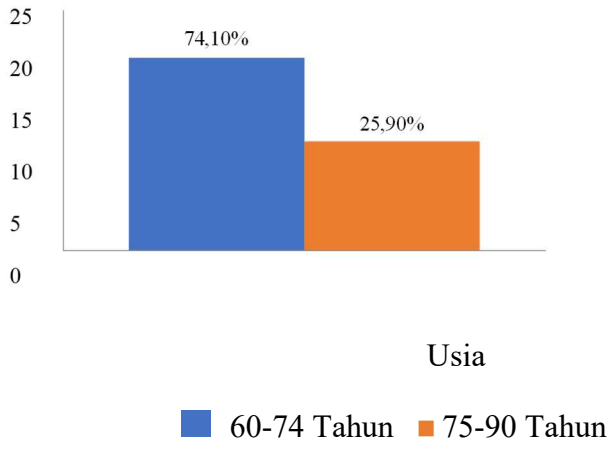
Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 27 responden, lansia dengan kualitas hidup baik sebanyak 12 responden (44,44%), lansia dengan kualitas hidup sangat baik sebanyak 6 responden (22,22%), lansia dengan kualitas hidup sedang sebanyak 6

responden (22,22%), lansia dengan kualitas hidup buruk sebanyak 2 responden (7,41%), dan lansia dengan kualitas hidup sangat buruk sebanyak 1 responden (3,70%).

Pembahasan

a. Karakteristik responden

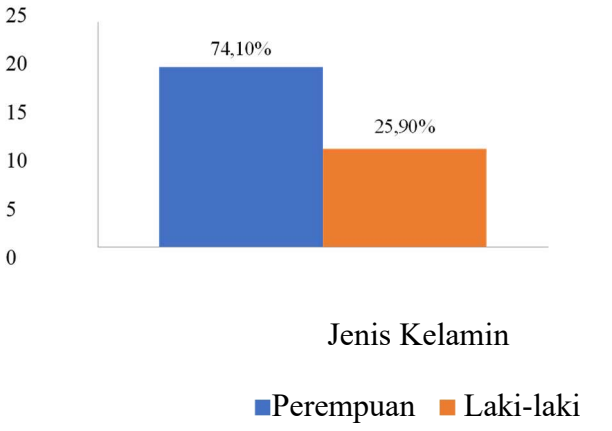
1) Usia



Gambar 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Pada gambar 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki rentang usia 60-74 tahun (usia lanjut) sebanyak 20 responden (74,10%). Menurut Susilawati dan Hutabarat (2022) lansia dengan usia 60-74 tahun cenderung memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang berusia tua (75-90 tahun), hal ini dikarenakan usia 60-74 tahun memiliki kemampuan secara fisik yang relative lebih baik.

2) Jenis kelamin

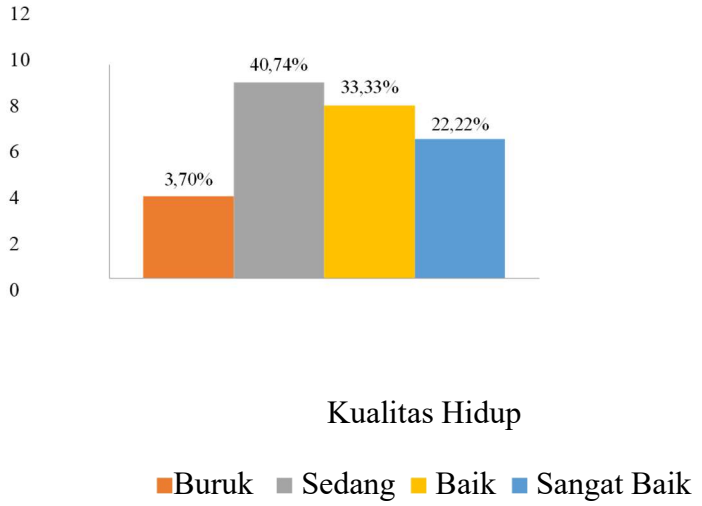


Gambar 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Gambar 4.2 menunjukkan bahwa lansia yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden (74,10%) lebih banyak dibandingkan lansia berjenis kelamin laki-laki. Dalam penelitian ini lansia perempuan lebih banyak memiliki waktu senggang dikarenakan statusnya sebagai ibu rumah tangga dan sudah tidak berkerja dibandingkan lansia laki-laki yang relatif masih banyak yang bekerja.

b. Kualitas hidup berdasarkan 4 domain

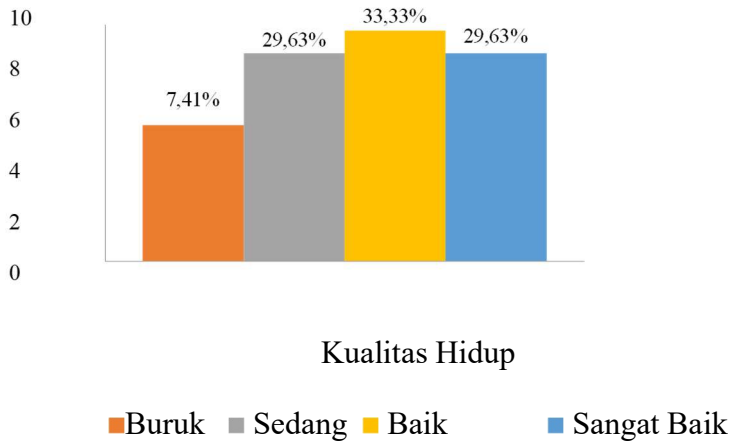
1) Domain kondisi fisik



Gambar 4.3 Kualitas Hidup Responden Berdasarkan Kondisi Fisik

Hasil penelitian menunjukkan pada domain kondisi fisik responden pada kategori sedang sebanyak 11 responden (40,74%). Mayoritas pada domain kondisi fisik responden masih bisa melakukan mobilitas secara mandiri namun mengalami penurunan, melakukan aktivitas sehari-hari seperti aktivitas dalam rumah, sosial dan keagamaan, serta tidak ada gangguan dalam istirahat dan tidur.

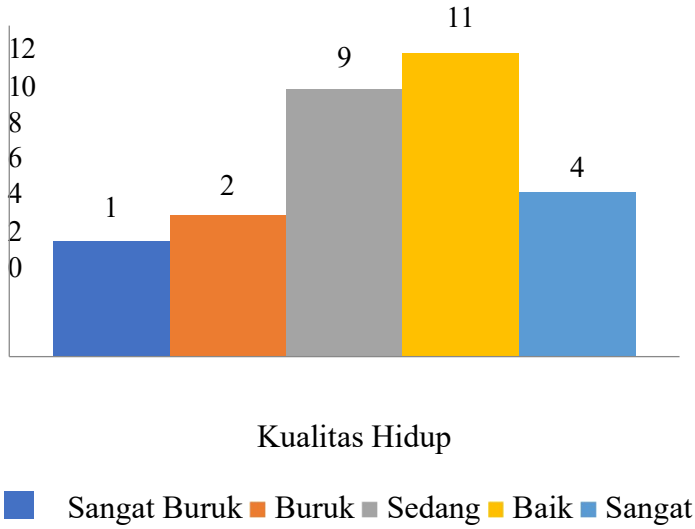
2) Domain psikologis



Gambar 4.4 Kualitas Hidup Responden Berdasarkan Psikologis

Pada domain psikologi, responden berada pada kategori baik sebanyak 9 responden (33,33%), hal ini didasarkan pada temuan kuesioner yang telah diberikan kepada responden, sebagian besar responden tidak mengalami gangguan psikologis seperti cemas, sedih, putus asa, atau perasaan negatif lainnya.

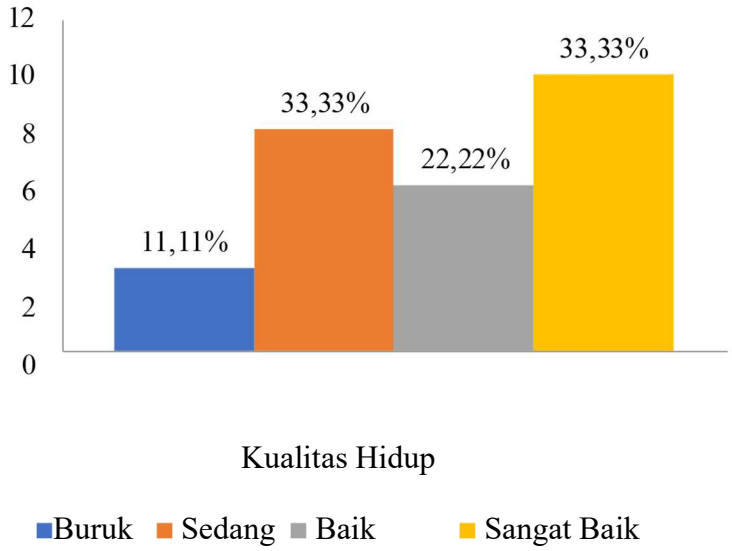
3) Domain interaksi sosial



Gambar 4.5 Kualitas Hidup Responden Berdasarkan Interaksi Sosial

Pada domain interaksi sosial, kualitas hidup lansia berada pada kategori baik sebanyak 11 responden (40,74%), kategori sangat baik 4 responden (14,81%0. Interaksi sosial pada lansia dikatakan baik dikarenakan adanya dukungan keluarga, teman, dan masyarakat.

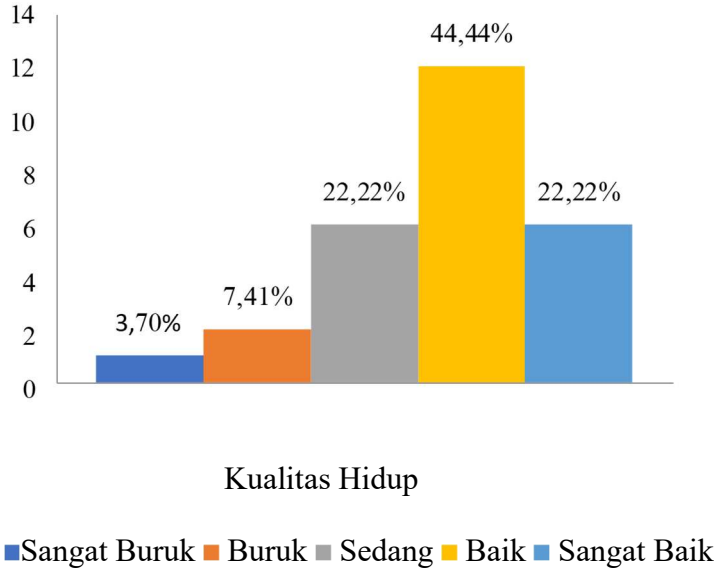
4) Domain lingkungan



Gambar 4.6 Kualitas Hidup Responden Berdasarkan Lingkungan

Kualitas hidup pada lansia domain lingkungkan tempat responden berada pada kategori sangat baik 9 responden (33,33%). Mayoritas responden mengatakan puas terkait lingkungan tempat tinggal atau sekitarnya seperti akses terhadap pelayanan kesehatan dan transportasi yang memadai. Responden merasa aman dan nyaman terhadap lingkungannya sehingga dapat menjalankan aktivitas dengan lancar tanpa adanya hambatan atau ketidaknyamanan yang disebabkan faktor lingkungan.

5) Kualitas hidup responden



Gambar 4.7 Kualitas Hidup Responden

Hasil dari analisa pada domain kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Mayoritas kualitas hidup lansia berada pada kategori baik sebanyak 12 responden (44,44%). Kualitas hidup yang baik dikarenakan kondisi fisik, psikologis, interaksi sosial, dan lingkungan cenderung relatif baik seperti kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari meskipun mengalami penurunan dalam pergerakan, tidur dan istirahat yang cukup, tidak ada gangguan mengenai perasaan negatif (cemas, sedih, putus asa, dan kesepian), aadanya dukungan dari keluarga dan masyarakat, serta akses terhadap pelayanan kesehatan dan transportasi yang memadai.

Menurut Zega (2023), kualitas hidup yang baik pada lansia yaitu kualitas hidup yang masih mendukung dalam melakukan aktivitas sehari-hari, kondisi psikologis yang baik dan stabil, interaksi sosial yang harmonis, dan ligkungan yang aman dan mendukung. Sedangkan menurut Tampubolon *et al.,* (2024), kualitas hidup lansia yang baik yaitu mampu menjalankan kehidupan sehari-hari dengan cukup optimal, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan.

Keterbatasan penelitian

Jumlah responden yang direncanakan pada awal penelitian sebanyak 60 responden, namun pada saat penelitian hanya mendapatkan 27 responden. Peneliti juga perlu menambah teman atau kolega untuk membantu mengisi kuesioner serta waktu dalam mengisi kuesioner terbatas karena ada aktivitas lain saat di posyandu.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Berdasarkan karakteristik usia, responden berusia 60-74 tahun sebanyak 20 orang (74,10%) dan responden berusia 75-90 tahun sebanyak 7 orang (25,90%). Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, responden perempuan sebanyak 20 orang (74,10%) dan responden laki-laki sebanyak 7 orang (25,90%).
2. Kualitas hidup pada lansia berdasarkan domain kondisi fisik, kategori sedang sebanyak 11 responden (40,74%), kategori baik sebanyak 9 responden (33,33%), kategori sangat baik sebanyak 6 responden (22,22%), kategori buruk sebanyak 1 reponden (3,70%), dan tidak ditemukan pada kategori buruk.

3. Kualitas hidup pada lansia berdasarkan domain psikologis, kategori baik sebanyak 9 responden (33,33%), kategori sangat baik sebanyak 8 responden (29,63), kategori sedang sebanyak 8 responden (29,63%), kategori buruk sebanyak 2 responden (7,41%), dan tidak ditemukan pada kategori buruk.
4. Kualitas hidup pada lansia berdasarkan domain interaksi sosial, kategori baik sebanyak 11 responden (40,74%), kategori sedang sebanyak 9 responden (33,33%), kategori sangat baik sebanyak 4 responden (14,81%), kategori buruk sebanyak 2 responden (7,41%), dan kategori sangat buruk sebanyak 1 responden (3,70).
5. Kualitas hidup pada lansia berdasarkan domain lingkungan, kategori sangat baik sebanyak 9 responden (33,33%), kategori sedang sebanyak 9 responden (33,33%), kategori baik sebanyak 6 responden (22,22%), kategori buruk sebanyak 3 responden (11,11%), dan tidak ditemukan pada kategori sangat buruk.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing, responden, serta semua pihak yang terkait dalam penulisan dan penyusunan karya tugas ilmiah ini. Tanpa kalian mungkin karya tulis ilmiah tidak akan sebagus ini. Penulis menyadari dalam penulisan serta penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak kurangnya, maka dari itu saran serta masukan dari kalian sangat berharga

DAFTAR REFERENSI

Astuti, S. D. P., & Soleman, S. R. (2024). *Gambaran Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen*. *Jurnal Inovasi Kesehatan Global*, *1*(3), 168–183. https://doi.org/10.62383/ikg.v1i3.702

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah (2025). *Profil Lansia Provinsi Jawa Tengah 2024* (Vol. 15).

Badan Pusat Statistik. (2025). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2025*. *22*.

Bawu, W., Basir, I. S., & Rahim, N. K. (2025). *Gambaran Kualitas Hidup Pada Lansia di Desa Buntulia* Jaya. *Jurnal Kolabo*, *8*(11), 7192–7198. https://10.56338/jks.v8i12.9314

Maydinar, D. D., Hanifah, Supriyanto, G., Meifora, V., & Rahmawati, I. (2024). *Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan*

Kedurang. *Jurnal Kesehatan Medika Mudayana*, *10*(02), 218– 231. https://doi.org/10.47859/jmu.v10i02.550

Nurmadinah, Mursid, A., Muzakkir, Irwan, M., Djalaluddin, N. A., Irfan, Indrawati, & Evidamayanti. (2025). *Peran Keluarga Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia* : Studi Cross-Sectional. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *9*(1), 36–46. https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes ISSN

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.)). Alfabeta.

Susilawati, E., & Hutabarat, L. F. (2022). *Hubungan Karakteristik, Interaksi Sosial Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Aek Nauli Pematangsiantar Tahun 2022. Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist*),17(2), 383-393.

Tampubolon, L. F., Saragih, H., & Nainggolan, J. (2024). *Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di UPT Puskesmas Tuntungan Kec . Pancur Batu Tahun 2022*. *Journal Of Social Science Research*, *4*(2), 949–955. https://doi.org/10.31004/innovative.v4i2.9463

Zega, P. M. (2023). *Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Dusun III Desa Sei Tuan Kecamatan Pantai Labu Kabupaten Deli Serdang*. Universitas Sumatera Utara.