



Artikel

Peran Interaksi Sosial terhadap Kesenian dan Kualitas Hidup pada Lansia di Komunitas: Studi Cross-Sectional

Dyaz Surya Ananta¹, Wachidah Yuniartika²

¹ Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

² Departemen Keperawatan Komunitas dan Keluarga, Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 16 Maret 2026
- Diterima 20 Mei 2026
- Diterbitkan 31 Mei 2026

Kata kunci:

Interaksi sosial; Kesenian;
Kualitas hidup; Lansia;
Komunitas

Abstrak

Kesenian merupakan salah satu masalah psikososial yang sering dialami oleh lanjut usia dan dapat berdampak pada penurunan kesehatan mental serta kualitas hidup. Interaksi sosial menjadi faktor penting yang berperan dalam menjaga kesejahteraan psikososial lansia, terutama bagi mereka yang tinggal di komunitas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara interaksi sosial, kesenian, dan kualitas hidup pada lansia di komunitas. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 332 lansia berusia ≥ 60 tahun yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, yang dipilih menggunakan teknik multistage sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner Social Interaction Questionnaire (SIQ) untuk mengukur interaksi sosial, De Jong Gierveld Loneliness Scale untuk mengukur kesenian, serta WHOQOL-BREF untuk menilai kualitas hidup. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat interaksi sosial yang tinggi (67,8%), namun mayoritas masih mengalami kesenian pada tingkat sedang (44,9%), serta memiliki kualitas hidup pada kategori sedang (50,9%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara interaksi sosial dan kesenian ($r = -0,325$; $p = 0,001$) serta hubungan positif yang signifikan antara interaksi sosial dan kualitas hidup ($r = 0,494$; $p = 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan interaksi sosial berperan dalam menurunkan tingkat kesenian dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, intervensi berbasis komunitas yang mendorong keterlibatan sosial lansia perlu dikembangkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikososial dan kualitas hidup lansia di masyarakat.

PENDAHULUAN

Peningkatan angka harapan hidup secara global telah menyebabkan pertumbuhan populasi lansia yang signifikan, khususnya di negara-negara berkembang (Callaway et al., 2025). Meskipun pencapaian ini

mencerminkan kemajuan dalam bidang kesehatan, proses penuaan sering kali diiringi oleh berbagai tantangan, tidak hanya secara fisik, tetapi juga psikososial. Salah satu masalah psikososial yang paling umum dialami oleh lansia adalah kesenian, yang dapat berdampak pada penurunan

Corresponding author:

Wachidah Yuniartika

Email: wy534@ums.ac.id

Ners Muda, Vol 7 No 1, Mei 2026

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v7i1.20924>

kesehatan mental, fungsi sosial, serta kualitas hidup secara keseluruhan (Charan et al., 2024). Kualitas hidup pada lansia merupakan konsep multidimensional yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, yang cenderung mengalami penurunan seiring bertambahnya usia (Ibrahim et al., 2024).

Prevalensi kesepian pada lansia menunjukkan variasi yang luas di berbagai tingkat populasi; survei meta-analisis global melaporkan bahwa sekitar 26 % lansia di seluruh dunia mengalami kesepian (≥ 60 tahun) berdasarkan data dari lebih 460.000 orang di enam benua, dengan prevalensi tertinggi di Amerika Utara dan Afrika ($\sim 30\text{--}38\%$) dan lebih rendah di Eropa dan Oseania ($\sim 13\text{--}23\%$) (Menewab Birhane et al., 2025). Di Indonesia, temuan studi cross-sectional pada lansia yang tinggal di komunitas menunjukkan bahwa 64 % responden lansia melaporkan mengalami kesepian, menggambarkan tingginya beban psikososial di level komunitas (Setiyowati et al., 2025). Dari sisi demografi, Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Sukoharjo merupakan salah satu kabupaten dengan persentase lansia yang signifikan ($\pm 13\%$ dari total penduduk) (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2022).

Proses penuaan sering disertai dengan berbagai perubahan dalam kehidupan sosial, seperti pensiun, kehilangan pasangan, berkurangnya peran sosial, penurunan mobilitas, serta meningkatnya ketergantungan pada orang lain (Juita & Shofiyyah, 2022). Perubahan-perubahan ini dapat mengurangi frekuensi dan kualitas interaksi sosial yang dimiliki lansia. Interaksi sosial memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan emosional dan psikologis, karena melalui hubungan sosial yang bermakna, lansia dapat memperoleh dukungan emosional, rasa memiliki, dan penguatan identitas diri (Rekawati et al., 2022). Sebaliknya, keterbatasan interaksi sosial dapat memicu

perasaan terisolasi dan kesepian, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kualitas hidup (Susanti et al., 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesepian berkaitan erat dengan penurunan kualitas hidup pada lansia. Lansia yang merasa kesepian cenderung mengalami gejala depresi, kecemasan, gangguan tidur, serta penurunan aktivitas fisik (Asri et al., 2025). Selain itu, hubungan sosial yang kuat terbukti berperan sebagai faktor protektif terhadap stres dan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan subjektif. Namun, hasil penelitian mengenai hubungan antara interaksi sosial, kesepian, dan kualitas hidup masih menunjukkan variasi, tergantung pada konteks budaya, karakteristik populasi, serta lingkungan tempat tinggal lansia. Beberapa studi menekankan pentingnya dukungan emosional, sementara yang lain menyoroti peran partisipasi sosial dan keterlibatan dalam aktivitas komunitas (Widiani et al., 2023).

Lansia yang tinggal di komunitas memiliki karakteristik sosial yang berbeda dibandingkan dengan lansia yang tinggal di panti atau institusi. Meskipun lebih mandiri, lansia di komunitas sering kali menghadapi tantangan berupa berkurangnya jaringan sosial akibat perubahan struktur keluarga, urbanisasi, dan mobilitas penduduk (Puyan  et al., 2025). Dalam konteks ini, lansia berpotensi mengalami keterbatasan interaksi sosial yang dapat meningkatkan risiko kesepian (Yuniarta et al., 2022). Di Indonesia, perubahan sosial dan ekonomi turut memengaruhi pola hubungan keluarga dan dukungan sosial, sehingga lansia di komunitas menjadi kelompok yang rentan terhadap masalah psikososial, namun masih relatif kurang mendapat perhatian dalam penelitian (Yuniartika et al., 2023).

Hingga saat ini, masih terbatas penelitian yang mengkaji secara komprehensif



hubungan antara interaksi sosial, kesepian, dan kualitas hidup pada lansia yang tinggal di komunitas. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan ketiga variabel ini sangat penting sebagai dasar dalam pengembangan intervensi berbasis komunitas yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran interaksi sosial terhadap tingkat kesepian dan kualitas hidup pada lansia di komunitas menggunakan desain studi potong lintang (cross-sectional).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional). Desain ini dipilih untuk mengidentifikasi hubungan antara interaksi sosial, tingkat kesepian, dan kualitas hidup pada lansia dalam satu waktu pengukuran tanpa melakukan intervensi terhadap responden. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Pelayanan Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Pengambilan data dilakukan pada bulan November 2025.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lanjut usia di masyarakat yang berada di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah sejumlah 6.090 lanjut usia. Sampel pada penelitian ini adalah sebagian dari lansia yang di pilih dengan memperhatikan kriteria sebagai berikut: Kriteria inklusi meliputi lanjut usia yang: Lansia berusia ≥ 60 tahun, Tinggal di Wilayah Pelayanan Puskesmas Baki, Mampu berkomunikasi secara verbal, Bersedia menjadi responden dan menandatangani informed consent. Kriteria Eksklusi adalah sebagai berikut: Lansia dengan gangguan kognitif berat, Lansia dengan gangguan pendengaran atau penglihatan berat yang menghambat pengisian kuesioner, Lansia yang sedang mengalami kondisi akut atau perawatan intensif.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini pada tahap awal menggunakan metode probability sampling dengan jenis multistage sampling sebagai teknik penentuan sampel. Multistage sampling berarti teknik pengambilan sampel di mana metode pengambilan sampel probabilitas yang membagi populasi besar menjadi kelompok-kelompok (klaster) secara bertahap, kemudian memilih sampel dari setiap klaster pada berbagai tingkatan hingga unit sampel individu diperoleh (Sugiyono, 2020). Populasi dalam penelitian ini seluruh lansia di wilayah puskesmas Baki kabupaten sukoharjo sejumlah 6.090 yang terbagi menjadi 14 desa. Peneliti memilih 5 desa dengan karakteristik sosial ekonomi dan geografis yang sama, sehingga ditentukan 5 desa tersebut adalah desa gedongan (308 lansia), jetis (451 lansia), pandeyan (359 lansia), duwet (309 lansia) dan purbayan (554 lansia). Adapun yang digunakan dalam perhitungan sampel cluster adalah rumus slovin, selanjutnya menggunakan rumus proporsi untuk menentukan sampel lansia di tiap desa. Setelah dihitung menggunakan Rumus Slovin didapatkan jumlah sampel sebanyak 332 Lansia.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti menjelaskan tujuan penelitian, manfaat, prosedur, serta menjamin kerahasiaan data responden. Setelah responden menyatakan persetujuan, pengisian kuesioner dilakukan secara langsung dengan pendampingan peneliti untuk memastikan pemahaman yang baik terhadap setiap pertanyaan.

Data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis data dilakukan secara bertahap meliputi analisis univariat, bivariat, dan multivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik



responden serta distribusi masing-masing variabel penelitian, yaitu interaksi sosial, kesepian, dan kualitas hidup, yang disajikan dalam bentuk rerata, simpangan baku, frekuensi, dan persentase. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara interaksi sosial dengan kesepian, interaksi sosial dengan kualitas hidup, serta hubungan antara kesepian dan kualitas hidup. Uji statistik yang digunakan disesuaikan dengan distribusi data, yaitu uji korelasi Pearson untuk data berdistribusi normal atau uji Spearman untuk data yang tidak berdistribusi normal. Seluruh pengujian statistik dilakukan dengan tingkat signifikansi 0,05.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Rumah Sakit Dr. Mowardi Surakarta dengan nomor surat 2.172/x/HREC/2025. Seluruh responden diberikan informasi lengkap tentang penelitian dan menandatangani lembar persetujuan tertulis (*informed consent*). Kerahasiaan identitas dan data responden dijamin sepenuhnya.

HASIL

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 60–74 tahun yaitu sebanyak 289 orang (87,0%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan dengan jumlah 247 orang (74,4%). Ditinjau dari tingkat pendidikan, responden paling banyak memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu 162 orang (48,8%). Berdasarkan status pekerjaan saat ini, sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 252 orang (75,9%). Sementara itu, berdasarkan riwayat pekerjaan sebelumnya, mayoritas responden pernah bekerja sebagai wiraswasta yaitu 151 orang (45,5%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat interaksi sosial yang tinggi (67,8%), dengan

nilai rerata skor $27,37 \pm 4,96$. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden masih aktif dalam menjalin hubungan sosial di lingkungan komunitasnya. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data interaksi sosial tidak berdistribusi normal ($p = 0,002$).

Pada variabel kesepian, mayoritas responden berada pada kategori kesepian sedang (44,9%), dengan nilai rerata skor $7,15 \pm 3,04$. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun lansia memiliki interaksi sosial yang relatif baik, perasaan kesepian masih dialami oleh sebagian besar responden pada tingkat sedang. Distribusi data kesepian juga tidak berdistribusi normal ($p = 0,001$). Selanjutnya, pada variabel kualitas hidup, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup kategori sedang (50,9%), dengan nilai rerata skor $78,98 \pm 13,44$. Hasil ini menggambarkan bahwa kualitas hidup lansia di komunitas berada pada tingkat yang cukup, namun masih memiliki ruang untuk ditingkatkan. Uji normalitas menunjukkan bahwa data kualitas hidup tidak berdistribusi normal ($p = 0,046$).

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank, diperoleh nilai p -value $< 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara interaksi sosial dengan kesepian dan kualitas hidup pada lansia. Interaksi sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesepian ($r = -0,325$; $p = 0,001$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat interaksi sosial, maka tingkat kesepian lansia cenderung semakin rendah. Interaksi sosial juga menunjukkan hubungan positif yang signifikan dengan kualitas hidup ($r = 0,494$; $p = 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan interaksi sosial berkaitan dengan peningkatan kualitas hidup lansia di komunitas.



Tabel 1.
Timeline Pelaksanaan Intervensi Chair Yoga dan Evaluasi Risiko Jatuh

Variabel	Definisi Operasional	Instrumen
Interaksi Sosial	Proses hubungan timbal balik yang dilakukan oleh lanjut usia dengan lingkungannya, baik dalam bentuk komunikasi, kerjasama, maupun keterlibatan dalam aktivitas social. Dengan parameter: 1. Penerimaan diri 2. Motivasi diri 3. Hubungan sosial 4. Ketrampilan komunikasi 5. Kebersamaan 6. Self-efficacy dalam aktivitas sosial 7. Sikap tolong menolong (Tyler & Branch, 2015)	Kuesioner SIQ (Social Interaction Questionnaire) Kategori : 1. Skor 26-50: tinggi 2. Skor 10 – 25: rendah
Kesenian	kondisi emosional dan mental yang ditandai oleh perasaan kurang memiliki hubungan sosial yang memuaskan atau adanya ketidaksesuaian antara harapan dan realitas dalam interaksi sosial, yang dialami lansia dalam kehidupan sehari-hari 1. Kesenian Emosional 2. Kesenian Sosial (De Jong Gierveld & van Tilburg, 2006)	Kuesioner De Jong Gierveld Scale Kategori Skor: 1. Skor 0-2: tidak kesenian. 2. Skor 3-8: kesenian sedang 3. Skor 9-10: kesenian parah 4. Skor 11: kesenian sangat parah
Kualitas Hidup	Persepsi individu terhadap posisi mereka dalam kehidupan, dalam konteks budaya, dan nilai dimana mereka hidup dan dalam hubungannya 1. Kesehatan Fisik 2. Psikologis 3. Sosial 4. Lingkungan (Purba, 2016)	Kuesioner WHOQOL-BREF Kategori skor 1. Sangat Buruk: 0- 26 2. Buruk: 27-52 3. Sedang: 53-78 4. Baik: 79-104 5. Sangat Baik: 105- 130

Tabel 2.
Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	Frek (n)	Presentase (%)
Usia	60 - 74 tahun	289	87.0
	75 - 90 tahun	41	12.3
	> 90 tahun	2	0.6
Jenis Kelamin	Laki-laki	85	25.6
	Perempuan	247	74.4
Pendidikan	Tidak Sekolah	10	3.0
	SD	48	14.5
	SMP	84	25.3
	SMA	162	48.8
	Diploma	12	3.6
	Sarjana	16	4.8
Pekerjaan Sekarang	Tidak Bekerja	252	75.9
	Petani	14	4.2
	Buruh	41	12.3
	Pedagang	25	7.5
Pekerjaan Dahulu	Ibu Rumah Tangga	88	26.5
	Petani	59	17.8
	Wiraswasta	151	45.5
	PNS	34	10.2
Total Jumlah		332	100



Tabel 3.
Nilai interaksi social, kesepian, dan Kualitas hidup

Variabel	Kategori	N	%	Mean ± SD	Normalitas (p-value)
Interaksi Sosial	Rendah (Skor 10-25)	107	32.2	27.37 ± 4.959	0.002
	Tinggi (Skor 26-50)	225	67.8		
Kese pian	Tidak Kese pian (0-2)	24	7.2	7.15 ± 3.040	0.001
	Kese pian Sedang (3-8)	149	44.9		
	Kese pian Berat (9-10)	137	41.3		
	Kese pian Sangat Berat (11)	22	6.6		
Kualitas Hidup	Buruk (Skor 27-52)	3	0.9	78.98 ± 13.443	0.046
	Sedang (Skor 53-78)	169	50.9		
	Baik (Skor 79-104)	140	42.2		
	Sangat Baik (Skor 105-130)	20	6.0		

Tabel 4.
Hubungan Interaksi social dengan kesepian dan kultas hidup pada lansia

Variabel	Jumlah (n)	Kese pian		Kualitas Hidup	
		Korelasi Koefisien	p-Value*	Korelasi Koefisien	p-Value*
Interaksi Sosial	332	-0.325	0.001	0.494	0.001

*spearman rank test

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia 60–74 tahun, berjenis kelamin perempuan, memiliki tingkat pendidikan SMA, dan berstatus tidak bekerja. Karakteristik ini mencerminkan profil lansia komunitas yang masih berada pada fase young-old, yaitu kelompok lansia yang relatif memiliki kemampuan fungsional dan kemandirian yang lebih baik dibandingkan lansia usia lanjut. Kondisi ini berpotensi mendukung keterlibatan lansia dalam aktivitas sosial di lingkungan komunitas (Gough et al., 2021).

Dominasi responden perempuan dapat dijelaskan melalui aspek demografis, di mana angka harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Dari perspektif psikososial, lansia perempuan cenderung memiliki jejaring sosial yang lebih luas dan lebih aktif dalam menjaga relasi sosial, terutama dalam konteks keluarga dan kegiatan sosial kemasyarakatan (Dwisetyo, 2024). Hal ini berpotensi meningkatkan peluang

terjadinya interaksi sosial, namun tidak selalu menjamin terpenuhinya kebutuhan emosional secara optimal.

Tingkat pendidikan yang relatif menengah (SMA) pada sebagian besar responden berkontribusi terhadap kemampuan lansia dalam berkomunikasi, memahami informasi, serta beradaptasi dengan perubahan peran sosial. Pendidikan yang lebih baik memungkinkan lansia memiliki keterampilan sosial dan literasi kesehatan yang lebih memadai, yang dapat mendukung partisipasi dalam aktivitas social (Situngkir et al., 2022). Namun, status tidak bekerja yang mendominasi responden mencerminkan hilangnya peran produktif, yang menurut teori peran (role theory) dapat menimbulkan kekosongan peran sosial dan berpotensi meningkatkan risiko kesepian apabila tidak diimbangi dengan peran sosial alternatif di komunitas (Arini Manafe & Berhimpon, 2022).

Interaksi Sosial, Kesenian, dan Kualitas Hidup Lansia di Komunitas

Tingginya interaksi sosial pada responden dapat dijelaskan melalui teori aktivitas, yang menyatakan bahwa lansia yang tetap



aktif secara sosial cenderung bermanfaat untuk mempertahankan kesejahteraan psikososial (Lubis et al., 2025). Lansia yang berada pada usia awal dan tinggal di komunitas memiliki lebih banyak kesempatan untuk berinteraksi melalui kegiatan keluarga, keagamaan, maupun sosial kemasyarakatan (Susanti et al., 2023). Namun, tingginya interaksi sosial secara kuantitatif tidak selalu diikuti dengan rendahnya kesepian (Widiani et al., 2023).

Kondisi kesepian sedang yang dialami mayoritas responden dapat dijelaskan melalui teori kesenjangan kognitif kesepian (cognitive discrepancy theory), yang menyatakan bahwa kesepian muncul ketika terdapat perbedaan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan yang aktual dialami (Reinwarth et al., 2025). Lansia dapat berinteraksi dengan banyak orang, tetapi tetap merasa kesepian apabila interaksi tersebut kurang bermakna secara emosional, tidak memberikan dukungan psikologis, atau tidak memenuhi kebutuhan afektif (Charan et al., 2024).

Pada variabel kualitas hidup, mayoritas responden berada pada kategori sedang. Berdasarkan kerangka WHOQOL, kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai dimensi, termasuk kondisi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Rekawati et al., 2022). Meskipun interaksi sosial lansia relatif baik, keterbatasan fisik akibat proses penuaan, penurunan kemandirian, serta kondisi ekonomi dapat membatasi pencapaian kualitas hidup yang lebih optimal. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia merupakan konstruk multidimensional yang tidak hanya ditentukan oleh aspek sosial semata (Juanita et al., 2022).

Hubungan Interaksi Sosial dengan Kesepian dan Kualitas Hidup Lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi sosial berhubungan secara signifikan dengan kesepian dan kualitas hidup lansia ($p < 0,05$). Interaksi sosial memiliki hubungan negatif dengan kesepian serta hubungan positif dengan kualitas hidup, yang menegaskan peran penting interaksi sosial sebagai determinan psikososial pada lansia yang tinggal di komunitas.

Hubungan negatif antara interaksi sosial dan kesepian dapat dijelaskan melalui teori dukungan sosial (social support theory), yang menyatakan bahwa hubungan sosial menyediakan dukungan emosional, informasional, dan afektif yang berfungsi sebagai penyangga terhadap stres dan perasaan terisolasi (Juanita et al., 2022). Lansia yang memiliki interaksi sosial lebih baik cenderung memiliki kesempatan lebih besar untuk berbagi pengalaman, mengekspresikan perasaan, serta memperoleh validasi sosial, sehingga mampu mengurangi persepsi kesepian (Alfianur et al., 2024). Interaksi sosial yang berkelanjutan juga membantu lansia mempertahankan rasa keterhubungan (sense of belonging) dan identitas sosial, yang merupakan kebutuhan psikologis dasar pada tahap lanjut usia (Zakaria et al., 2023).

Selain itu, temuan ini dapat dijelaskan melalui teori keterikatan (attachment theory) dalam konteks lanjut usia, di mana hubungan sosial yang bermakna berperan sebagai sumber rasa aman emosional (Dwisetyo, 2024). Lansia yang kehilangan pasangan atau mengalami perubahan peran sosial sering kali mencari pengganti keterikatan emosional melalui hubungan sosial di komunitas. Interaksi sosial yang terbatas atau kurang bermakna dapat meningkatkan kerentanan terhadap kesepian, sedangkan interaksi yang suportif dan konsisten berkontribusi pada penurunan perasaan kesepian (Setiyowati et al., 2025).



Namun, kekuatan korelasi yang berada pada kategori lemah hingga sedang menunjukkan bahwa interaksi sosial bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kesepian lansia. Hal ini dapat dijelaskan oleh teori kesepian kognitif (cognitive discrepancy theory), yang menekankan bahwa kesepian muncul akibat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dan yang dialami (Saskia & Sastri, 2025). Lansia dapat memiliki banyak interaksi sosial secara kuantitatif, tetapi tetap merasa kesepian apabila interaksi tersebut tidak memenuhi kebutuhan emosional atau bersifat superfisial (Saidatul Faujiah et al., 2023). Dengan demikian, kualitas interaksi sosial menjadi aspek yang krusial dalam menurunkan kesepian, bukan sekadar frekuensi interaksi.

Hubungan positif antara interaksi sosial dan kualitas hidup menunjukkan bahwa lansia yang aktif secara sosial cenderung memiliki persepsi kualitas hidup yang lebih baik. Temuan ini sejalan dengan model biopsikososial, yang menempatkan faktor sosial sebagai komponen penting dalam kesejahteraan individu (Fridolin et al., 2022). Interaksi sosial yang baik dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui peningkatan harga diri, perasaan bermakna, dan kepuasan hidup (Susanti et al., 2023). Selain itu, interaksi sosial juga dapat mendorong perilaku kesehatan yang lebih positif, seperti kepatuhan terhadap pengobatan, aktivitas fisik, dan pemanfaatan layanan kesehatan, yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap kualitas hidup (Susanti et al., 2023).

Meskipun demikian, kekuatan korelasi yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor multidimensional. Interaksi sosial berperan sebagai faktor pendukung yang penting, tetapi tidak dapat berdiri sendiri tanpa dukungan aspek lain seperti kondisi kesehatan fisik,

kemandirian fungsional, stabilitas ekonomi, serta lingkungan yang mendukung. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia perlu dirancang secara komprehensif, dengan mengintegrasikan peningkatan kuantitas dan kualitas interaksi sosial bersama intervensi pada aspek kesehatan dan lingkungan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa lansia di komunitas didominasi oleh kelompok usia 60–74 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan menengah, dan tidak bekerja. Mayoritas responden memiliki tingkat interaksi sosial yang tinggi, namun masih mengalami kesepian pada tingkat sedang serta kualitas hidup pada kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan kesepian dan kualitas hidup lansia. Interaksi sosial berhubungan negatif dengan kesepian dan berhubungan positif dengan kualitas hidup, sehingga berperan sebagai faktor protektif psikososial pada lansia. Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang relatif lemah hingga sedang menunjukkan bahwa kesepian dan kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor multidimensional. Oleh karena itu, upaya peningkatan kesejahteraan lansia di komunitas perlu difokuskan tidak hanya pada peningkatan frekuensi interaksi sosial, tetapi juga pada penguatan kualitas hubungan sosial yang suportif serta dukungan kesehatan dan lingkungan yang komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Baki, tenaga kesehatan, serta seluruh responden lansia yang telah memberikan dukungan, kerja sama, dan partisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.



REFERENSI

- Alfianur, Ezalina, Saputra, C., & Sapitri, G. R. (2024). SOCIAL INTERACTIONS AND QUALITY OF LIFE AMONG COMMUNITY-DWELLING OLDER ADULTS. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(4), 1077–1086. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Arini Manafe, L., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia Di Bpslut Senja Cerah Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(1), 749–758. <https://doi.org/10.47492/jih.v11i1.1979>
- Asri, Y., Hartono, A., Murwani, A., Kristiari, J. J., & Manga, Y. B. (2025). Prevalence and associated factors of loneliness among older adults in Indonesia: insights from the Indonesian family life survey (ifls-5). *Jurnal Ners*, 20(1), 13–20. <https://doi.org/10.20473/jn.v20i1.59927>
- Callaway, J., Strozza, C., Christensen, K., Doblhammer, G., Rau, R., & Sogaard, J. (2025). Ageing populations: new challenges in longevity. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25531-w>
- Charan, G. S., Kaur, A., Kaur, K., & Kaur, N. (2024). Psychosocial Problems in Community - dwelling Older Adults: A Cross - sectional Study. *Annals of African Medicine*, 23(1), 140–148. <https://doi.org/10.4103/aam.aam>
- De Jong Gierveld, & van Tilburg. (2006). *De Jong Gierveld Scale*. (score 11), 10–12.
- Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2022. *Dinkes Sukoharjo*, 1–23.
- Dwisetyo, B. (2024). *Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia* (Lisnawati, Ed.). Penerbit Amerta Media.
- Fridolin, A., Budi Musthofa, S., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Komunitas (JOURNAL OF COMMUNITY HEALTH)*, 8(April), 381–389. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1227>
- Gough, C., Lewis, L. K., Barr, C., Maeder, A., & George, S. (2021). Community participation of community dwelling older adults: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 21(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10592-4>
- Ibrahim, A. M., Dewi, S. R., & Suryaningsih, Y. (2024). Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i2.67>
- Juanita, J., Nurhasanah, N., Jufrizal, J., & Febriana, D. (2022). Health related quality of life of Indonesian older adults living in community. *Enfermeria Clinica*, 32, S71–S75. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2022.03.022>
- Juita, D. R., & Shofiyyah, N. A. (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia. *Jurnal Agama Sosial Dan Budaya*, 5(2), 2599–2473. <https://doi.org/10.31538/almada.v5i2.2413>
- Lubis, R., Piandra, M., Azzahra, D., Karimah, I. I. F., Wijaya, D. M., & Pebriyanti, S. (2025). Analisis Kegiatan Dan Problema Lansia Di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provsu. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.356>
- Menewab Birhane, D., Demessie, N. G., Azagew, A. W., Abate, H. K., & Mekonnen, C. K. (2025). Prevalence of loneliness and associated factors among older adults at Yilmana Densa District, West Gojjam Zone Amhara region, Ethiopia. *Frontiers in Epidemiology*, 5(May), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fepid.2025.1545342>
- Purba, F. D. (2016). The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF. *World Health Organization*, 1–6.
- Puyané, M., Chabrera, C., Camón, E., & Cabrera, E. (2025). Uncovering the impact of loneliness in ageing populations: a comprehensive scoping review. *BMC Geriatrics*, 25(1), 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12877-025-05846-4>
- Reinwarth, A. C., Ernst, M., Gerstorf, D., Brähler, E., Wild, P. S., Münzel, T., König, J., Lackner, K. J., Pfeiffer, N., & Beutel, M. E. (2025). Results of a multi-perspective examination of loneliness trajectories and its determinants in German adults during the COVID-19 pandemic. *Scientific Reports*, 15(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00678-z>
- Rekawati, E., Sahar, J., Kusumawati, D. N., & Andriyanto, A. (2022). Determinant Factors of Quality and Life Satisfaction of the Older People. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 1–8. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i1.1752>



- Saidatul Faujiah, Adesulistyawati, & Suaib. (2023). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Al-Kautsar Kota Palu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(25), 5–30. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.18385>
- Saskia, N. N., & Sastri, P. D. (2025). HUBUNGAN ANTARA SOCIAL SUPPORT DAN LONELINESS DENGAN DISREGULASI EMOSI PADA REMAJA PELAKU SELF-HARM DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN X KOTA BANDUNG. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(2), 1–12.
- Setiyowati, F., Luthfa, I., & Abrori. (2025). Hubungan Tingkat Kesepian dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. *Health Research Journal of Indonesia*, 3(5), 294–299. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i5.629>
- Situngkir, R., Lilli, S., & Asmiranda, W. (2022). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Desa Malimbong Kecamatan Messawa. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(1), 20–25. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.94>
- Susanti, D., Fahri, A., Nawangwulan, K., Keperawatan Berkala, A., & Husada, W. (2023). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Puskesmas Ciketing Udik Bekasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah (JIKP)*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.58901/jikp.v12i1.471>
- Tyler, J. M., & Branch, S. E. (2015). Social Interaction Questionnaire. *APA PsycTests*. <https://doi.org/10.1037/t54538-000>
- Widiani, E., Hidayah, N., & Hanan, A. (2023). Anxiety, Depression, Loneliness, Spirituality, and Social Support in Older People During the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 79–88. <https://doi.org/10.7454/jki.v26i2.1093>
- Yuniarta, W., Kartinah, Nofandrilla, N., Werdani, K. E., Musalamah, S., Damayanti, S., Ajie, A. B., & Supriyantani, H. (2022). Training Health Cadres In The Management of Elderly at the Posyandu. *Prosiding Webinar Abdimas #1*, 321–327.
- Yuniartika, W., Kartinah, & Sudaryanto, A. (2023). Social Interaction Using Spirituality Therapy to Improve the Quality of Life of the Elderly in the Community. *Evidence Based Care Journal*, 13(2), 65–74. <https://doi.org/10.22038/EBCJ.2023.67206.2757>
- Zakaria, S. S., Jaafar, S. N. I., Hasan, M. K. C., Hatta, N. N. K. N. M., & Rahman, W. N. A. W. A. (2023). Factors Associated with Depressive Symptoms Among Community-Dwelling Older People in East-Coast Malaysia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(3), 129–141. <https://doi.org/10.7454/jki.v26i3.1073>

