**KUALITAS HIDUP LANJUT USIA YANG TINGGAL DI PANTI: STUDI LITERATUR**

**Majesty Kowureng1, Carla Kairupan2, Kristamuliana3**

1Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

2Program Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

3Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Email : majestyk02@gmail.com

***Abstract :*** *The increasing elderly population is a global phenomenon nowadays. Faced with this, the importance of ensuring the elderly is not only seen from a long life but also the quality of life of the elderly needs to be considered.* ***Objective****. The purpose of this literature study is to explain the quality of life and strategies to improve the quality of life of the elderly who live in nursing homes.* ***Method****. The method used to compile this literature study is by searching through an electronic database. Searching for articles is done by using the keywords Quality Of Life, Elderly, Nursing Homes, that are traced through Google Scholar, Pubmed, and Science Direct. The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal is used to assess and analyze the quality of the article methodology.* ***Result.*** *There were 723 articles published from 2015 to 2019 related to the quality of life of elderly living in nursing homes that were identified. However, of 723 articles, only 6 articles met with the review requirements. Six articles that meet the inclusion criteria are divided into two major themes, namely the quality of life of elderly living in nursing homes (4 studies) and interventions that affect improving the quality of life of elderly living in nursing homes (2 studies).* ***Conclusion.*** *This literature study concludes that the majority of elderly people living in nursing homes had a moderate quality of life and physical activity interventions and religious-spiritual interventions affected improving the quality of life in elderly nursing homes.* ***Suggestion****. The author suggests making modifications to the nursing care of the elderly who live in nursing homes that are adjusted to any changes that occur in the elderly needed to improve their quality of life.*

***Keywords*** *: Quality of Life, Elderly, Nursing Homes.*

**Abstrak:** Peningkatan populasi lanjut usia merupakan fenomena global saat ini. Menghadapi hal tersebut, pentingnya menjamin lanjut usia bukan hanya dilihat dari umur yang panjang, tetapi juga kualitas hidup lanjut usia perlu untuk diperhatikan. **Tujuan** penelitian ini untuk menjelaskan kualitas hidup dan strategi peningkatan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti. **Metode** yang digunakan untuk menyusun studi literatur ini adalah dengan mencari melalui *database* elektronik. Pencarian artikel dilakukan dengan menggunakan kata kunci *Quality Of Life, Elderly, Nursing Homes*, yang ditelusuri melalui Google Scholar, Pubmed, dan Science Direct. Menilai dan menganalisis kualitas metodologi dalam setiap studi menggunakan *The Joanna Briggs Institute* (JBI) *Critical Appraisal.* **Hasil**. Didapatkan 723 artikel terkait kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti yang diidentifikasi dan dipublikasikan dari tahun 2015-2019. Dari 723 artikel hanya 6 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis. Enam artikel yang memenuhi kriteria inklusi terbagi menjadi dua tema besar yaitu kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (4 studi) dan intervensi yang berpengaruh meningkatkan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (2 studi). **Kesimpulan**. Dari studi literatur ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lanjut usia yang tinggal di panti memiliki kualitas hidup pada tingkat sedang dan intervensi aktivitas fisik dan intervensi spiritual keagamaan berpengaruh pada peningkatan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti. **Saran**. Melakukan modifikasi pada asuhan keperawatan lanjut usia yang tinggal di panti yang disesuaikan dengan setiap perubahan yang terjadi pada lanjut usia sangat diperlukan demi meningkatkan kualitas hidup mereka.

**PENDAHULUAN**

Keberhasilan pembangunan negara-negara di dunia dalam segala bidang termasuk kesehatan akan memperbaiki kualitas hidup dan kesehatan masyarakat yang berdampak pada peningkatan usia harapan hidup dan jumlah penduduk lanjut usia (Kemenkes RI, 2014). World Population Ageing (2019) menyatakan bahwa peningkatan populasi lanjut usia merupakan fenomena global. Hampir setiap negara di dunia mengalami pertumbuhan dalam ukuran dan proporsi lanjut usia. Jumlah lanjut usia atau orang yang berusia 65 tahun ke atas di dunia adalah 703 juta dan diperkirakan jumlah tersebut akan bertambah dua kali lipat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050 (United Nations, 2019). Menghadapi proses peningkatan jumlah penduduk yang bertahan hidup ini, pentingnya menjamin lanjut usia bukan hanya dilihat dari umur yang panjang, tetapi juga kebahagiaan, kepuasan pribadi, dan kualitas hidup perlu untuk diperhatikan.

Kualitas hidup dapat diartikan sebagai persepsi seseorang atau individu mengenai kemampuan melakukan fungsi mereka dalam berbagai bidang kehidupan. Di tingkat global, kualitas hidup di kalangan lanjut usia adalah bidang penting yang mencerminkan status kesehatan dan kesejahteraan individu. Organisasi Kesehatan Dunia(1996) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu dari status hidup yang berasal dari perspektif budaya, sistem nilai, tujuan, pengharapan, standar dan prioritas, dan didasarkan pada persepsi tentang berbagai aspek kehidupan. Kualitas hidup melibatkan penilaian individu dari beberapa bidang kehidupan tertentu seperti *self-esteem* dan kesejahteraan pribadi, yang mencakup aspek-aspek yang berkaitan dengan kapasitas fungsional, tingkat sosial ekonomi, keadaan emosi, interaksi sosial, aktivitas intelektual, perawatan diri, dukungan keluarga, kesehatan, fungsi seksual, nilai-nilai budaya, etika, agama, gaya hidup, kepuasan dengan pekerjaan dan/atau kegiatan sehari-hari, serta lingkungan tempat individu hidup (Vagetti et al., 2013).

Hidup dengan anggota keluarga sangat penting untuk menjaga kualitas hidup lanjut usia karena memberi mereka rasa aman dan rasa cinta serta pengakuan. Namun, tinggal bersama keluarga bisa juga sangat merugikan ketika keluarga tidak memiliki sumber daya dan kesabaran dalam menghadapi konsekuensi kepikunan dan proses akibat penuaan yang secara negatif mempengaruhi kualitas hidup lanjut usia. Studi yang didasarkan pada kehidupan lanjut usia di Brazil menyatakan bahwa lanjut usia yang tidak memiliki keluarga atau memiliki keluarga dengan kondisi keuangan yang tidak memungkinkan untuk menyewa layanan pengasuh pribadi, maka tinggal di panti menjadi satu-satunya pilihan lanjut usia sepenuhnya atau sebagian bergantung pada perawatan yang diberikan oleh pengasuh di panti (Simeão et al., 2018)*.*

Hasil evaluasi kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti oleh beberapa studi menunjukkan hal positif. Lanjut usia yang tinggal di panti memiliki kondisi hidup yang lebih nyaman, seperti pasokan makanan yang teratur serta layanan perawatan kesehatan yang baik (C. F. Kuok et al., 2017). Sebaliknya, penelitian lain juga menunjukkan bahwa lanjut usia yang tinggal di panti memiliki kualitas hidup yang rendah karena beberapa faktor seperti ketidakpuasan lanjut usia dengan kapasitas untuk membuat keputusan, kehidupan di panti yang monoton, kehilangan otonomi fisik dan mental, serta penyimpangan dalam hal nutrisi (Freitas et al., 2010).

Penelitan yang juga dilakukan Simeão (2018) dengan tujuan membandingkan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti dengan yang hadir di Day Center (Centro Dia) di asilo Vila Vicentina di kota Bauru menunjukkan bahwa pada penilaian kualitas hidup lanjut usia berdasarkan 6 domain WHOQOL-OLD didapatkan perbedaan yang signifikan secara statistik untuk semua domain. Demikian juga didapatkan bahwa skor terbaik adalah domain partisipasi sosial pada lanjut usia yang menghadiri Day Center dibandingkan dengan lanjut usia yang tinggal di panti.

Banyak peneltian telah dilakukan terkait kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti, sehingga dipandang perlu untuk melakukan tinjauan kepustakaan atau rangkuman literatur tentang kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti serta bagaimana strategi peningkatan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti.

Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk menjelaskan kualitas hidup dan strategi peningkatan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti.

**METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode *literature review* yang merupakan rangkuman dari keseluruhan beberapa studi penelitian yang ditentukan berdasarkan tema tertentu. Pencarian literatur dilakukan pada bulan Mei–Juni 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung melainkan diperoleh dari mengumpulkan beberapa hasil penelitian yang sudah di teliti oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian literatur dalam studi literatur ini menggunakan tiga *database* pencarian yaitu Google Scholar, Pubmed dan *Scient Direct*. Kata kunci pencarian untuk studi literatur ini disesuaikan dengan *Medical Subject Heading* (MeSH) dan terdiri dari: “kualitas hidup (*Quality of Life*)”, “lanjut usia (*elderly*)”, dan “panti (*Nursing Home*)”. Panduan dalam menentukan kriteria inklusi dan eksklusi jurnal yang akan dianalisisadalah menggunakan PICOS *framework*. Kriteria insklusi artikel yang digunakan pada studi literatur ini, diantaranya: studi dengan populasi lanjut usia yang tinggal di panti; studi yang secara khusus membahas kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti; studi dengan desain metodologi penelitian *quasi-experimental studies, randomized control and trial, systematic review, qualitative research cross-sectional studies.* Penelusuran artikel diuraikan dengan metode PRISMA.

Menilai dan menganalisis kualitas metodologi dalam setiap studi menggunakan *The Joanna Briggs Institute* (JBI) *Critical Appraisal* untuk beberapa jenis studi *Quasi-experimental studies, randomized controlled trial, cross-sectional*, dan *qualitative. Critical appraisal* untuk menilai studi yang memenuhi syarat dilakukan oleh peneliti sendiri

**HASIL dan ANALISIS**

1. **Hasil pencarian dan seleksi studi**

Peneliti mendapatkan 723 artikel berdasarkan hasil pencarian literatur melalui publikasi di tiga *database* dan menggunakan kata kunci yang sudah disesuaikan dengan MeSH. Hasil pencarian yang sudah didapatkan kemudian diperiksa duplikasi dan ditemukan 12 artikel yang sama sehingga dikeluarkan dan tersisa 711 artikel. Peneliti kemudian melakukan skrining berdasarkan judul (n = 220), abstrak (n = 29), dan *full text* (n = 6) yang disesuaikan dengan tema studi literatur. *Assessment* yang dilakukan berdasarkan kelayakan terhadap kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sebanyak 6 artikel yang bisa dipergunakan dalam studi literatur*.* Hasil seleksi artikel studi digambarkan dalam Diagram Flow.

1. **Hasil Penilaian Kualitas Studi**

*The Joanna Briggs Institute* (JBI) *Critical Appraisal* digunakan untuk menilai dan menganalisis kualitas metodologi artikel yang telah didapat (n = 6). Sesuai yang disepakati oleh peneliti sendiri bahwa skor akhir dari penilaian kualitas metodologi jika mencapai setidaknya 50% memenuhi kriteria *critical appraisal,* artikel akan dimasukkan untuk selanjutnya dilakukan sintesis data. Semua artikel (n = 6) dalam skrining terakhir mencapai skor lebih tinggi dari 50% sehingga siap untuk dilakukan sintesis data.

1. **Karakteristik Studi**

Enam artikel yang memenuhi kriteria inklusi terbagi menjadi dua tema besar yaitu kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (4 studi) dan intervensi yang berpengaruh meningkatkan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (2 studi). Studi yang berkontribusi dalam penelitian studi literatur terkait kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti ini sebagian besar *cross-sectional* kemudian diikuti *quasi-eksperimental, randomized controlled trial* dan studi *qualitative*. Semua studi (n = 6) rata-rata memiliki nilai atau kualitas yang tinggi menurut *checklist The JBI Critical Appraisal*. Studi yang sesuai dengan tinjauan sitematis ini dilakukan di berbagai tempat atau negara yang berbeda yaitu Polandia (Trybusińska & Saracen, 2019), Korea Selatan (Cho et al., 2017), Turki (Top & Dikmetaş, 2015; Lok et al., 2017), Cina (Sun et al., 2017), dan Indonesia (Pramesona & Taneepanichskul, 2018).

Artikel yang diidentifikasi melalui database (n = 723)

Google Scholar : 17

PubMed : 669

Science Direct : 37

Hasil setelah duplikasi di hapus (n = 711)

Dieksklusi (n = 191)

*Participants*

Tidak fokus pada lanjut usia

*Outcome*

Tidak membahas kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti

Hasil artikel setelah identifikasi berdasarkan judul (n = 220)

Hasil artikel setelah diidentifikasi berdasarkan abstrak (n = 29)

Dieksklusi (n = 23)

*Participants*

Tidak fokus pada lanjut usia yang khusus tinggal di panti

*Outcome*

Tidak membahas kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti

*Full text* diambil dan dinilai kelayakan (n = 6)

Jumlah artikel yang memenuhi syarat review (n= 6)

**Diagram Flow Studi Literatur berdasarkan PRISMA**

**Tabel Hasil Pencarian Literatur**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nama peneliti dan tahun penelitian | Desain penelitian, sampel, variabel, instrumen | Hasil | Kesimpulan |
| Trybusińska & Saracen, 2019 | Desain: *cross-sectional.*Sampel: 250 orang berusia di atas 65 tahun.Variabel: Kesepian & kualitas hidup penghuni panti jompo.Instrumen: Skala Kesepian *De Jong Gierveld,* WHOQOL-BREF *Question-naire,* Skala Harapan Dasar (BHI-12), Kepuasan dengan Skala Hidup (SWLS), *Acceptance of Illness Scale* (AIS). | Baik pria dan wanita cenderung menunjukkan kualitas hidup rata-rata atau sedang (pria 50,5% dan wanita 47,8%). Kualitas hidup yang baik adalah jawaban paling umum (pria 38,7%, wanita 35%).  | Ketergantungan yang berbanding terbalik berlaku untuk tingkat kesepian dan kesunyian yang dirasakan oleh penghuni panti jompo terhadap kualitas hidup mereka. Jadi, semakin besar tingkat kesepian dan kesendirian yang mereka rasakan, maka semakin rendah kualitas hidup mereka. |
| Cho et al., 2017 | Desain: kualitatif.Sampel: 21 lanjut usia di lima panti jompo Korea Selatan.Variabel: persepsi lanjut usia. | Lima tema yang terkait dengan persepsi lanjut usia tentang kehidupan sehari-hari mereka di panti jompo, yaitu: peningkatan kenyamanan, harapan untuk mempertahankan fungsi fisik dan kognitif sebagai manusia, keinginan untuk hubungan interpersonal yang bermakna, perasaan terkurung dan otonomi terbatas, dan penerimaan dan adaptasi terhadap kehidupan di panti jompo. Tema-tema ini menunjukkan aspek positif dan negatif tinggal panti jompo, dan fasilitator tantangan untuk meningkatkan kualitas hidup lanjut usia. | Persepsi lanjut usia terhadap kehidupan sehari-hari mereka di panti jompo adalah kompleks dan dicirikan oleh pengalaman positif dan negatif. Kebijakan, praktik, dan upaya pendidikan diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup lanjut usia dengan berfokus pada perawatan keperawatan profesional yang memadai untuk kenyamanan fisik dan psikologis serta kesehatan dan status fungsional lanjut usia. Program kegiatan yang memadai, hubungan interpersonal yang bermakna, dan perawatan yang berpusat pada lanjut usia untuk meningkatkan otonomi, serta menciptakan lingkungan yang mirip rumah juga diperlukan dalam upaya peningkatan kualitas hidup lanjut usia di panti. |
| Top & Dikmetaş, 2015 | Desain: *cross-sectional.*Sampel: 120 orang berusia 65 tahun ke atas.Variabel: kualitas hidup, sikap terhadap penuaan.Instrumen: Instrumen Kualitas Hidup Organisasi Kesehatan Dunia - Modul (WHOQOL-OLD) dan WHO - *Attitudes to Aging Questionnaire* (AAQ). | Rata-rata skor kualitas hidup keseluruhan adalah 80,28. Skor maksimum untuk kualitas hidup keseluruhan adalah 120. Jadi, skor rata-rata ini menunjukkan bahwa kualitas hidup lanjut usia adalah pada tingkat sedang atau menengah ke atas. Juga skor rata-rata untuk subskala kualitas hidup menunjukkan skor yang lebih tinggi. | Ada hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dan sikap terhadap penuaan pada lanjut usia. Dimensi sikap terhadap penuaan (gangguan psikososial, perubahan fisik, dan pertumbuhan psikologis) adalah prediktor signifikan untuk kualitas hidup pada lanjut usia di panti jompo Turki. Ditemukan juga bahwa gender tidak mempengaruhi kualitas hidup keseluruhan pada lanjut usia, namun kebahagiaan adalah variabel signifikan untuk kualitas hidup keseluruhan dalam penelitian ini. |
| Sun et al., 2017 | Desain: korelasi deskriptif.Sampel: 205 orang berusia >60 tahun yang tinggal di 5 panti jompo berbeda.Variabel: kualitas hidup, depresi, harga diri, dan dukungan sosial.Instrumen: Survei kesehatan bentuk pendek 36-item hasil medis (SF-36), Skala Depresi Rumah Sakit (HDS), Skala Harga Diri Rosenberg (RSES) ), dan Skala Ganda Dukungan Sosial Persepsi (MSPSS). | Lanjut usia dengan usia yang lebih tua, jarang dikunjungi keluarga, berstatus janda/cerai, kurang dukungan sosial, dan harga diri rendah memiliki tingkat kualitas hidup yang buruk. | Penelitian ini menemukan bahwa harga diri rendah, gejala depresi yang parah, dan dukungan sosial yang tidak memadai dapat menurunkan kualitas hidup lanjut usia penghuni panti jompo. |
| Lok et al., 2017 | Desain: *Randomized Controlled Trial.*Sampel: 80 orang berusia >65 tahun (40 dalam kelompok intervensi dan 40 kelompok kontrol).Variabel: aktivitas fisik, gejala depresi, kualitas hidup.Instrumen: Kuesioner Kualitas Hidup SF 36, *Beck Depression Scale* (BDI). | Subdimensi kesehatan fisik, peran fisik, nyeri, dan persepsi kesehatan umum tentang yang terdapat pada Kuesioner Kualitas Hidup SF 36 meningkat pada lanjut usia yang di berlakukan intervensi "Program Aktivitas Fisik", sedangkan tidak ada perubahan signifikan selama periode studi 10 minggu pada lanjut usia yang terdaftar dalam kelompok kontrol. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa program aktivitas fisik yang terstruktur berdampak positif terhadap gejala depresi dan kualitas hidup pada lanjut usia. |
| Pramesona & Taneepanichskul, 2018 | Desain: Kuasi Eksperimental Studi.Sampel: 60 orang berusia >60 tahun (30 dalam kelompok intervensi, 30 dalam kelompok kontrol).Variabel: intervensi agama, depresi, kualitas hidup.Instrumen: kuesioner GDS untuk gejala depresi, kuesioner WHOQOL-BREF untuk kualitas hidup | Ada peningkatan yang signifikan secara statistik dalam skor rata-rata kualitas hidup pada kedua kelompok, intervensi dan kontrol, pada 12 minggu pasca intervensi. Namun, kelompok intervensi agama menunjukkan peningkatan yang lebih besar dalam skor rata-rata kualitas hidup dibandingkan dengan kelompok kontrol. Ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam skor rata-rata kualitas hidup antara kelompok pada minggu ke 4, 8, dan 12 pasca intervensi. | Penelitian ini menunjukkan efek positif dari menghilangkan gejala depresi dan meningkatkan kualitas hidup di antara lanjut usia penghuni panti jompo dengan mendengarkan resital Alquran digabungkan dengan pendekatan pengkhotbah |

1. **Kualitas Hidup Lanjut Usia yang Tinggal di Panti**

Berdasarkan studi yang dilakukan di panti jompo Polandia oleh Trybusińska & Saracen (2019) dengan responden sebanyak 250 lanjut usia, tingkat kualitas hidup lanjut usia yang berpartisipasi dalam penelitian tersebut adalah kualitas hidup tingkat sedang. Baik pria maupun wanita cenderung menunjukkan kualitas hidup pada tingkat rata-rata atau sedang (pria 50,5% dan wanita 47,8%).

Cho et al (2017) dalam studi kualitatif yang dilakukannya terkait persepsi lanjut usia yang tinggal di panti pada 21 partisipan menemukan bahwa peningkatan kenyamanan, harapan untuk mempertahankan fungsi fisik dan kognitif sebagai manusia, keinginan untuk hubungan interpersonal yang bermakna, perasaan terkurung dan otonomi terbatas, dan penerimaan serta adaptasi terhadap kehidupan di panti jompo adalah tema-tema yang muncul terkait persepsi lanjut usia selama tinggal di panti. Lima tema ini menunjukkan aspek positif dan negatif tinggal di panti yang merupakan tantangan untuk meningkatkan kualitas hidup lanjut usia penghuni panti.

Studi yang dilakukan oleh Top & Dikmetaş (2015) menemukan bahwa dari 120 responden lanjut usia rata-rata memiliki skor kualitas hidup keseluruhan 80,28 yang berarti bahwa tingkat kualitas hidup lanjut usia pada penelitian ini berada pada tingkat sedang atau menengah ke atas. Skor rata-rata untuk masing-masing subskala kualitas hidup menunjukkan skor yang lebih tinggi.

Menurut studi yang dilakukan oleh Sun et al (2017) dengan jumlah responden sebanyak 205 lanjut usia, responden dengan usia yang lebih tua, jarang dikunjungi keluarga, berstatus janda/cerai, kurang dukungan sosial, dan harga diri rendah cenderung memiliki kualitas hidup yang buruk atau rendah.

1. **Intervensi yang Meningkatkan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Panti**

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Lok et al (2017), aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur selama 10 minggu memiliki efek penting pada depresi dan kualitas hidup lanjut usia pada populasi lanjut usia Turki yang tinggal di panti. Kesehatan fisik, peran fisik, nyeri, dan persepsi tentang kesehatan sebagai subdimensi kualitas hidup ditemukan meningkat pada kelompok intervensi aktivitas fisik dan perbedaannya signifikan secara statistik (p < 0,05). Sedangkan, pada kelompok kontrol skor penilaian dimensi kualitas hidup tidak berubah secara signifikan secara statistik (p>0,05). Penelitian ini membandingkan *posttest* dari kedua kelompok setelah implementasi dan menemukan bahwa subdimensi kualitas hidup kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol dan perbedaannya signifikan secara statistik (p<0,05).

Studi yang dilakukan oleh Pramesona & Taneepanichskul (2018) membuktikan bahwa agama atau intervensi spiritual seperti mendengarkan resital Alquran yang dikombinasikan dengan pendekatan khotbah pemimpin agama Islam membantu mengurangi gejala depresi serta meningkatkan kualitas hidup di kalangan lanjut usia. Studi yang dilakukan pada populasi lanjut usia Indonesia yang tinggal di panti menemukan bahwa ada peningkatan yang signifikan secara statistik dalam skor rata-rata kualitas hidup pada kelompok intervensi dan kontrol pada 12 minggu pasca intervensi (P=0,001). Namun, kelompok intervensi agama memiliki peningkatan yang lebih besar dalam skor rata-rata kualitas hidup dibandingkan dengan kelompok kontrol setelah intervensi 12 minggu (14,7 berbanding 9,1). Studi ini menemukan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam skor rata-rata kualitas hidup antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada minggu ke 12 pasca intervensi.

**PEMBAHASAN**

**Kualitas Hidup Lanjut Usia yang Tinggal di Panti** Hasil temuan empat studi yang menggambarkan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti menyimpulkan bahwa sebagian besar lanjut usia memiliki kualitas hidup pada tingkat sedang. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Kesepian menjadi salah satu faktor yang umum mempengaruhi kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (Trybusińska & Saracen, 2019). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin besar kesepian dan kesendirian yang dirasakan lanjut usia penghuni panti jompo maka akan semakin rendah kualitas hidup lanjut usia tersebut (Trybusińska & Saracen, 2019). Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengaruh fungsional negatif berupa rendahnya kualitas hidup lanjut usia salah satunya dipengaruhi oleh tingkat kesepian yang dirasakan lanjut usia itu sendiri (Miler, 2012; Sedlar et al, 2017).

Trybusińska & Saracen (2019) dalam studinya juga menemukan bahwa durasi atau lama tinggal di panti tidak terkait dengan kesepian yang dirasakan lanjut usia dan berkorelasi negatif dengan kualitas hidup lanjut usia. Temuan ini tidak konsisten dengan temuan Onunkwor et al (2016), yaitu lanjut yang telah tinggal di panti selama lebih dari dua tahun memiliki skor kualitas hidup yang lebih tinggi di semua domain dibandingkan dengan mereka yang telah tinggal kurang dari dua tahun. Perasaan awal di panti bisa ditandai dengan perasaan negatif seperti tidak berharga, penolakan, kesepian, dan rasa tidak aman setelah ditinggalkan. Makin lama tinggal di panti maka lanjut usia akan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan telah menjalin pertemanan baru sehingga mungkin mereka mengembangkan sikap positif dan tidak merasa kesepian lagi.

Setelah menelusuri beberapa penelitian yang telah dilakukan, depresi, harga diri, dan dukungan sosial juga merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lanjut usia. Proses penuaan itu sendiri adalah faktor yang tidak dapat diabaikan sebagai penyebab harga diri rendah (Sun et al., 2017). Hidup atau tinggal di panti dapat menurunkan harga diri lanjut usia yang selanjutnya menyebabkan penurunan pada kualitas hidup lanjut usia. Salah satu alasan mengapa lanjut usia yang tinggal di panti memiliki harga diri yang cenderung rendah adalah bahwa tinggal di panti biasanya sama dengan membesarkan anak-anak yang tidak berbakti (Sun et al., 2017). Hidup terpisah dengan keluarga juga mendukung fakta kurangnya dukungan keluarga. Oleh karena itu, mendapatkan dukungan yang cukup dari keluarga adalah bukti untuk menolak pendapat tersebut dan merupakan hal penting bagi lanjut usia untuk mempertahankan martabat mereka. Memperkuat dukungan keluarga dan orang lain membantu lanjut usia dengan harga diri rendah untuk meningkatkan kualitas hidup mereka dan juga lebih banyak dukungan keluarga membantu lanjut usia yang mengalami depresi untuk meningkatkan kualitas hidup mereka (Sun et al., 2017).

Persepsi tentang peningkatan kenyamanan, harapan untuk mempertahankan fungsi fisik dan kognitif sebagai manusia, keinginan untuk hubungan interpersonal yang bermakna, perasaan terkurung dan otonomi terbatas, dan penerimaan serta adaptasi terhadap kehidupan di panti merupakan hal-hal yang berhubungan dengan penilaian kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti (Cho et al., 2017). Kenyamanan yang digambarkan lanjut usia yang tinggal di panti dikarenakan mereka menerima perawatan dan layanan profesional yang berkelajutan dan tepat waktu sebagai salah satu manfaat tinggal di panti. Disamping itu, otonomi terbatas adalah masalah yang sering dilaporkan yang mempengaruhi kualtas hidup lanjut usia penghuni panti. Otonomi diidentifikasi sebagai salah satu komponen kunci yang secara positif terkait dengan persepsi kualitas hidup lanjut usia (Murphy et al., 2014). Perasaan terkurung sering kali diakibatkan oleh pembatasan terhadap otonomi pribadi, seperti izin yang diminta dari anggota staf untuk keluar, kurangnya kesempatan untuk merencanakan hari-hari mereka, dan peraturan yang berfokus pada kelompok.

Pentingnya hubungan interpersonal yang bermakna dengan teman sebaya dan anggota staf adalah salah satu persepsi positif yang digambarkan lanjut usia yang tinggal di panti (Cho et al., 2017). Lanjut usia yang tinggal sendirian sebelum masuk panti jompo puas dengan hubungan baru mereka dengan perawat dan penghuni lain di panti sehingga membuat mereka merasa tidak kesepian. Hal ini sejalan dengan sebuah studi grounded theory yang dilakukan di Amerika Serikat yang menunjukkan bahwa begitu lanjut usia telah dirawat di panti maka mereka dihadapkan pada hubungan baru dengan penghuni lain dan anggota staf dan mereka cenderung mendefinisikan hubungan ini sebagai positif (ramah) atau negatif (tidak ramah) (Roberts & Bowers, 2015)..

**Intervensi yang Meningkatkan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Panti.** Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lanjut usia terutama pada dimensi kesehatan fisik, peran fisik, nyeri dan persepsi kesehatan (Lok et al., 2017). Temuan ini sejalan dengan temuan dari Dewi (2018) yang menyatakan bahwa level aktivitas fisik yang tinggi dan tidak adanya status hipertensi berhubungan dengan kualitas hidup yang baik pada lansia. Aktivitas fisik yang teratur berperan dalam mempertahankan berat badan dan tubuh yang sehat. Aktivitas fisik juga bermanfaat dalam meningkatkan resistensi terhadap penyakit, kekuatan fisik dan fleksibilitias (Lok et al., 2017). Hal-hal tersebut diperlukan secara khusus pada orang lanjut usia karena seiring bertambahnya usia, maka lanjut usia akan mengalami penurunan dalam semua aspek yang salah satunya adalah kesehatan fisik.

Aktivitas spiritual atau intervensi spiritual dapat meningkatkan kualitas hidup lanjut usia (Pramesona & Taneepanichskul, 2018). Intervensi mendengarkan resital Alquran yang dikombinasikan dengan pendekatan khotbah pimpinan agama Islam dapat membantu mengurangi gejala depresi serta meningkatkan kualitas hidup lanjut usia yang khususnya beragama Islam. Intervensi rangsangan audio dalam penelitian Pramesona & Taneepanichskul (2018) diturunkan dari resital Alquran yang berfungsi sebagai pedoman untuk hidup sebagai Muslim. Diperkirakan bahwa hal ini mungkin memiliki efek dalam mengeluarkan hormon-hormon yang bisa meredakan depresi di antara responden. Temuan ini didukung oleh Soriano et al (2016) yang menyatakan bahwa tinggal di panti yang dengan kepuasan spiritual agama dan budaya yang dirasakan lanjut usia dapat meningkatkan kualitas hidup.

Mengoptimalkan kualitas hidup penghuni panti merupakan salah satu tanggung jawab para profesional kesehatan atau staf dan perawat di panti jompo. Namun, meningkatkan kualitas hidup membutuhkan pemahaman yang komprehensif dan mendalam tentang dimensi utama kualitas hidup dan faktor-faktor terkait kualitas hidup lanjut usia penghuni panti (Wang et al., 2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lanjut usia tidak hanya berasal dari dalam atau faktor internal tetapi juga berasal dari luar atau faktor eksternal. Sadar akan pentingnya peningkatan kualitas hidup lanjut usia dan faktor-faktor yang mempengaruhinya akan membantu mengoptimalkan peningkatan kualitas hidup lanjut usia (Onunkwor et al., 2016).

Keterbatasan terkait ulasan ini adalah resiko bias publikasi. Meskipun pencarian literatur dilakukan dengan cermat, namun *database* pencarian mungkin tidak menemukan semua literatur relevan yang diterbitkan. Disamping itu, kelebihan dari tinjauan ini adalah pendekatan pengambilan artikel yang akan dianalisis dievaluasi kebaruan-nya termasuk penilaian kualitas dari studi yang mengunakan format teruji dan dapat diandalkan sehingga studi atau artikel yang dianalisis terjamin kualitasnya berdasarkan metode penelitian masing-masing studi. Keterbatasan terkait penelitan ini adalah penelitian ini sebenarnya dilakukan dengan metode kuantitatif atau desain penelitian *cross-sectional,* tetapi dikarenakan pandemi Covid-19 yang mengharuskan untuk *social distancing* sehingga membuat penelitian ini diubah ke metode studi literatur atau tinjauan kepustakaan dengan mengumpul-kan studi atau penelitian terkait topik yang ditentukan untuk dianalisis.

**SIMPULAN**

Sebagian besar lanjut usia yang tinggal di panti memiliki kualitas hidup tingkat sedang dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kualitas hidup lanjut usia adalah kesepian; persepsi tentang kenyamanan, fungsi fisik dan kognitif, hubungan interpersonal, otonomi terbatas dan perasaan terkurung, penerimaan dan adapasi terhadap kehidupan di panti; sikap terhadap penuaan dan kebahagiaan; depresi; harga diri; dan dukungan sosial. Strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lanjut usia yang tinggal di panti ialah intervensi program akvitas fisik dan intervensi spiritual.

**DAFTAR PUSTAKA**

Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Bakar N. & Asilar R. H. (2015). Factors Affecting Depression and Quality of Life in the Elderly. *Gerontology & Geriatric Research 4: 249*. Doi:10.4172/2167-7182.1000249. Diakses pada tanggal 29 april 2020.

Boggatz, R. N. (2014). Quality of Life in Old Age – A Concept Analysis. *International Journal of Older People Nursing.* Doi: 10.1111/opn.12089.

C. F. Kuok, K., Li, L., Xiang, Y. T., Nogueira, B. O. C. L., Ungvari, G. S., Ng, C. H., Chiu, H. F. K., Tran, L., & Meng, L. R. (2017). Quality of life and clinical correlates in older adults living in the community and in nursing homes in Macao. *Psychogeriatrics*, *17*(3), 194–199. https://doi.org/10.1111/psyg.12214

Chang, S. J. (2013). Lived experiences of nursing home residents in Korea. Asian Nursing Research, 7(2), 83–90. https://doi.org/10.1016/j.anr.2013.04.003

Cho, E., Kim, H., Kim, J., Lee, K., Meghani, S. H., & Chang, S. J. (2017). Older Adult Residents’ Perceptions of Daily Lives in Nursing Homes. *Journal of Nursing Scholarship*, *49*(5), 495–503. https://doi.org/10.1111/jnu.12314

Fili S. & Torabi Z. (2017). Factors Affecting the Quality of Life in Elderly’s Daycare Centers. *MEJDS. 2017; 7:99, Published online 2018 Mar.* Downloaded from jdisabilstud.ir at 5:43 +0430 on Wednesday April 29th 2020.

Gobbens R. J. J. & Assen M. A. L. (2018). Associations of Environmental Factors With Quality of Life in Older Adults. *The Gerontologist cite as: Gerontologist, 2018, Vol. 58, No. 1, 101–110. Doi:10.1093/geront/gnx051, Advance Access publication 16 May 2017.* Downloaded from https://academic.oup.com/gerontologist/article-abstract/58/1/101/3828303 by Joongbu University user on 29 April 2020.

Kementerian Kesehatan, RI. (2017). *Analisis Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta: Pusdatin. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/18012600001/analisis-lansia-di-indonesia-2017.html&ved=2ahUKEwiq_YmmkqPoAhVSbSsKHQgmB9AQFjAAegQIBRAC&usg=AOvVaw1SzGCHrhNZWtgDymE$WSjp> diakses pada tanggal 20 Februari 2020.

Koc Z., et al. (2017). Determining Factors Affecting the Quality of Life in Elderly Nursing Home Residents. *Ondokuz Mayis Universitesi*. Diakses pada tanggal 29 April 2020.

Kwon J. M., et al. (2018). Factors Influencing Quality of Life in Elderly People Who Live Alone, Depending on Gender. *International Journal of Pure and Applied Mathematics, Volume 120 No. 6 2018, 5215-5230.* Diakses pada tanggal 29 April 2020.

Lok, N., Lok, S., & Canbaz, M. (2017). The effect of physical activity on depressive symptoms and quality of life among elderly nursing home residents: Randomized controlled trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, *70*, 92–98. https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.01.008

Miller, C., A. (2012). *Nursing for Wellnes in Older Adults*. Edition 6. Wolters Kluwer Health.

Murphy, K., Cooney, A., & Casey, D. (2014). Improving thequality of life for older people in long-term care settings. Journal of Comparative Effectiveness Research, 3(3), 301–315. https://doi.org/10.2217/cer.14.20

Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik Edisi-3*. Jakarta: EGC.

Onunkwor, O. F., Al-Dubai, S. A. R., George, P. P., Arokiasamy, J., Yadav, H., Barua, A., & Shuaibu, H. O. (2016). A cross-sectional study on quality of life among the elderly in non-governmental organizations’ elderly homes in Kuala Lumpur. *Health and Quality of Life Outcomes*, *14*(1). https://doi.org/10.1186/s12955-016-0408-8

Potter & Perry. (2012). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta. Penerbit buku Kedokteran: EGC.

Pramesona, B. A., & Taneepanichskul, S. (2018). The effect of religious intervention on depressive symptoms and quality of life among indonesian elderly in nursing homes: A quasi-experimental study. *Clinical Interventions in Aging*, *13*, 473–483. https://doi.org/10.2147/CIA.S162946

Putri & Aldina R. (2018). Gambaran Kualitas Hidup lansia di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Tahun 2017. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara.

Rayirala A., et al. (2016). A Cross Sectional Comparative Study Assessing The Quality of Life in Elderly Living in Old Age Homes and Community and Association of Various Factors with QOL. *Telangana Journal of Psychiatry, January-June 2016:2(1):48-53.* Diakses pada tanggal pada 29 April 2020.

Roberts, T., & Bowers, B. (2015). How nursing home residents develop relationships with peers and staff: A grounded theory study. International Journal of Nursing Studies, 52(1), 57–67. https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.07.008

Saadati N., et al. (2018). Health-related Quality of Life and its Related Factors among the Elderly Residing in Nursing Homes of Ahvaz, Iran. *Journal of Research in Medical and Dental Science 2018, Volume 6, Issue 6, Page No: 191-195.* Diakses pada tanggal 29 April 2020.

Sedlar, N., et al. (2017). Factors Related to Self care Behaviours in Heart Failure: A Systematic Review of European Heart Failure Self care Bahaviour Scale Studies. *European Journal of Cardiovascular Nursing European Journal of Cardiovascular Nursing* 1-11. Doi: 10.1177/1474515117691644

Simeão, S. F. de A. P., Martins, G. A. de L., Gatti, M. A. N., De Conti, M. H. S., De Vitta, A., & Marta, S. N. (2018). Comparative study of quality of life of elderly nursing home residents and those attneding a day center. *Ciencia e Saude Coletiva*, *23*(11), 3923–3934. https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.21742016

Sunaryo, et al. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*.Yogyakarta: Penerbit Andi.

Sun, Y., Zhang, D., Yang, Y., Wu, M., Xie, H., Zhang, J., Jia, J., & Su, Y. (2017). Social Support Moderates the Effects of Self-esteem and Depression on Quality of Life Among Chinese Rural Elderly in Nursing Homes. *Archives of Psychiatric Nursing*, *31*(2), 197–204. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.09.015

Top, M., & Dikmetaş, E. (2015). Quality of life and attitudes to ageing in Turkish older adults at old people’s homes. *Health Expectations*, *18*(2), 288–300. https://doi.org/10.1111/hex.12032

Trybusińska, D., & Saracen, A. (2019). Loneliness in the context of quality of life of nursing home residents. *Open Medicine (Poland)*, *14*(1), 354–361. https://doi.org/10.1515/med-2019-0035

United Nations. (2019). *World Population Ageing*. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019Highlights.pdf&ved=2ahUKEwiTh7uuleDnAhUizDgGHYhIDSEQFjADegQIBBAB&usg=AOvVaw0C2HroVeVv_ijqlZBxbVhs> diakses pada tanggal 20 Februari 2020.

Vagetti GC, Moreira NB, Barbosa Filho VC, Oliveira V, Cancian CF, Mazzardo O, Campos W. Domains of quality of life associated with health perception: a study with elderly women from a physical activity program in low-income neighborhoods in Curitiba, Paraná, Brazil. Cien Saude Colet 2013; 18 (12): 3483-3493.

Wang, P., Yap, P., Koh, G., Chong, J. A., Davies, L. J., Dalakoti, M., Fong, N. P., Tiong, W. W., & Luo, N. (2016). Quality of life and related factors of nursing home residents in Singapore. *Health and Quality of Life Outcomes*, *14*(1), 1–9. https://doi.org/10.1186/s12955-016-0503-x

World Health Organization. (1996). *Whoqol-Bref: Introduction, Administration, Scoring and Generic Version of the Assesment;* Programme on Mental Health. WHO: Geneva, Switzerland.

<https://www.who.int/substance_abuse/research_tools/whoqolbref/en/>. diakses pada tanggal 20 Februari 2020.

World Health Organization. (2010). *Definition of an Older or Elderly Person*. WHO: Geneva, Switzerland.

<http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingddefnolder/en/index.html>. diakses pada tanggal 20 Februari 2020