

**EFEKTIVITAS PENDAMPINGAN BINA KELUARGA LANSIA (BKL)  
DALAM UPAYA PENINGKATAN KUALITAS HIDUP LANSIA**

(Studi BKL Mugi Waras di Dusun Blendung, Sumbersari, Moyudan, Sleman)



**Disusun Oleh :**

**Elqy Nurdiana**

**20107010114**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA  
**2024**

# HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1549/Un.02/DSH/PP.00.9/10/2024

Tugas Akhir dengan judul : Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL) Dalam Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ELQY NURDIANA  
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010114  
Telah diujikan pada : Selasa, 10 September 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 671321ecf2e29



Pengaji I  
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.  
SIGNED

Valid ID: 670619a8a756



Pengaji II  
Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 671164cc3a987



Yogyakarta, 10 September 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 67161430c5c60

STATE ISLAM UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **SURAT KEASLIAN PENELITIAN**

### **SURAT KEASLIAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Elqy Nurdiana

NIM : 20107010114

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa selama melakukan penelitian dan dalam membuat laporan penelitian, saya tidak melanggar etika akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, dan manipulasi data. Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar kode etik akademik, maka saya sanggup menerima konsekuensi berupa dicabutnya gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 28 Agustus 2024

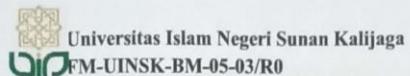
Yang menyatakan



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA**

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir  
Lamp :-

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Elqy Nurdiana  
NIM : 20107010114

Judul Skripsi : Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL)

Dalam Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana (S1) Psikologi. Harapan saya, semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, 28 Agustus 2024  
Pembimbing

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.  
NIP. 197312292008012005

## **HALAMAN MOTTO**

“Jangan pernah merasa memberi, jangan pernah merasa tersakiti,  
hiduplah dengan cinta”

(Bapak Drs. K.H. Jalal Suyuthi, S.H)

“Jiwa perantau harus tegar, jangan cengeng, optimis, dan berjiwa besar.  
Bapak selalu berdoa semoga semuanya berjalan dengan baik, Amiin.”

(Bapak Kabirudin, S.Ag)

“Beberapa orang, berapa pun usia mereka, tidak pernah kehilangan kecantikan  
mereka, mereka hanya memindahkannya dari wajah ke dalam hati mereka”

(Martin Buxbaum)



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

*Bismillahirohmanirrohim* dengan memanjatkan rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan berkah serta kemudahan yang telah diberikan, karya sederhana ini saya persembahkan dengan penuh kasih sayang dan bahagia kepada:

Orang tua ku tercinta Bapak Kabirudin, S.Ag dan Ibu Rubita, S.Pd.I

Guru ku terhormat Bapak K.H. Jalal Suyuthi, S.H dan Ibunda Nyai. Hj. Nelly

Ummi Halimah, S.Ag.

Adik ku tersayang Fakhri Al-Walidy

dan

Almamaterku tercinta Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan

Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahi Rabbil ‘alamiin puji syukur atas rahmat dan ridho Allah SWT. Karena-Nya, peneliti dimudahkan dan dilancarkan atas segala urusan dalam proses penelitian skripsi ini.

Peneliti mengucapkan terima kasih yang begitu besar atas dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang menjadikan proses penyelesaian skripsi dan penelitian ini tidak terasa dan menyenangkan. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada:

1. Keluarga tercinta, Bapak Kabirudin, S.Ag (Bapak) , Ibu Rubita, S.Pd.I (Mama) , dan adik Fakhri Al-Walidy (Dek ayi) , sebagai rumah ternyaman yang konsisten memberikan doa, ridho serta dukungan baik secara emosional maupun finansial.
2. Bapak Drs. K.H Jalal Suyuthi, S.H dan Ibunda Nyai Hj. Nelly Ummi Halimah, S.Ag. selaku Pengasuh Pondok Pesantren Wahid Hasyim Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Noorhaidi, M.A, M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
5. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
6. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk

membantu,membimbing serta mendidik penulis selama proses penggerjaan skripsi ini.

7. Bapak Muslim Hidayat, M.A. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah banyak membari arahan serta motivasi kepada penulis selama menempuh perkuliahan Program Studi Psikologi
8. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan kepada penulis selama menempuh perkuliahan Program Studi Psikologi.
9. Ibu Djumanah dan para Kader BKL Mugi Waras dusun Blendung, Sumbersari, Moyudan, Sleman yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar dan meneliti hingga skripsi ini selesai.
10. Semua lansia di dusun Blendung yang sudah bersedia menjadi responden penulis, semoga kebaikan simbah-simbah menjadi amal jariyah, aamiin.
11. Segenap teman-teman seperjuangan di Pondok Pesantren Wahid Hasyim Yogyakarta khususnya di SMA Sains Al-Qur'an yang senantiasa mensupprot penulis dalam menyelesaikan skripsi.
12. Kepada Ranie Rahmania selaku patner sejak SMP sekaligus apoteker penulis yang siap siaga memberikan suntikan semangat hingga skripsi ini selesai.
13. Kepada Syarifa Annada (Ndut) selaku "patner healing" yang senantiasa sabar dan selalu mendorong penulis dalam meraih cita-cita.
14. Kepada Meylissa selaku patner sejak SD sekaligus barista yang siap membuat kopi spesial untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.

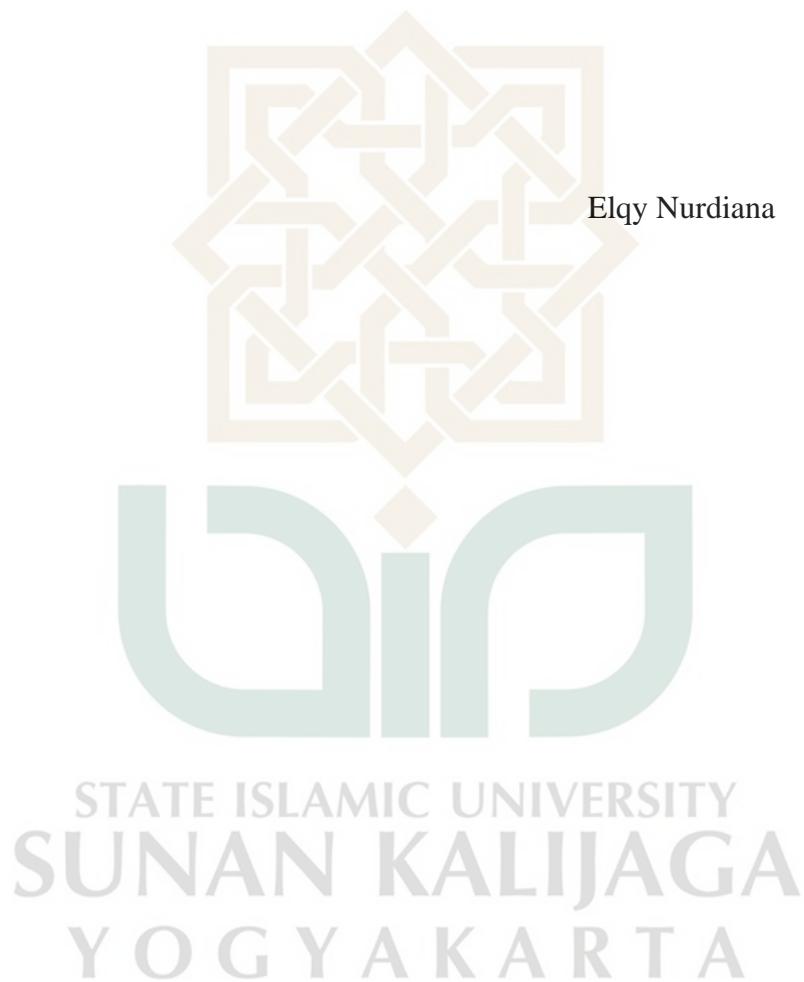
15. Kepada Ananda Itsnaini Soraya selaku patner pejuang gelar S.Psi. terimakasih atas kebersamaannya dari menjadi mahasiswa baru hingga mahasiswa tua yang berjuang menyelesaikan skripsi.
16. Teman-teman seperjuangan dari tahun 2017 “Tempat Bernafas” yang beranggotakan (Amie, Arina, Nada, Lidya, Vista, Pw, Pujam, Ida, dan Tya) dan diasuh oleh satu orang ibu yakni Ibu Ghina Fauziyah, S.Psi. Mereka merupakan penghibur penulis dalam hal apapun.
17. Segenap anak-anak santri putri asrama Zahara dan asrama Adara yang senantiasa menemani, mensupport dan mendo'akan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
18. Teman-teman KKN-111 dusun Blendung yang selalu memotivasiikan penulis dengan menanyakan “kapan sidang?” Akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
19. Segenap teman psikologi angkatan 2020, khususnya teman-teman psikologi kelas C dan teman-teman satu bimbingan, terimakasih atas segala pengalaman dan kebersamaannya.
20. Para peserta dari acara Clash of Champions by Ruang Guru, yang telah hadir dan menjadi inspirasi sekaligus memotivasi penulis untuk bisa menyelesaikan skripsi ini. Terkhusus kepada Sandy dan Xaviera pasangan kakak-adik yang menjadi moodbuster penulis.
21. Terima kasih untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, atas keikhlasan, kesabaran dan bantuan yang diberikan. Semoga Allah SWT lekas membala dengan kebaikan yang jauh lebih mulia.

Penulis menyadari bahwa laporan ini belum sempurna. Karena itu penulis mengharapkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga laporan penelitian ini memberikan manfaat bagi penulis sendiri dan bagi pembaca secara umum.

Yogyakarta, 28 Agustus 2024

Penulis

Elqy Nurdiana



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	9
C. Manfaat penelitian .....	9
D. Keaslian Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>20</b>
A. Kualitas Hidup .....	20
1. Pengertian Kualitas Hidup.....	20
2. Aspek-Aspek Kualitas Hidup Lansia .....	21
3. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup .....	23
B. Bina Keluarga Lansia (BKL) .....	26
1. Pengertian Bina Keluarga Lansia (BKL) .....	26
2. Dimensi - dimensi Bina Keluarga Lansia.....	27
C. Dinamika Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Lansia .....	31
D. Hipotesis .....	34

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Desain Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	36
D. Populasi dan Sample .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sample .....	37
E. Teknik Pengumpulan Data.....	37
1. Instrumen Penelitian.....	37
2. Tahap Pengumpulan Data.....	39
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	40
1. Uji Validitas .....	40
2. Uji Reliabilitas.....	40
G. Teknik Analisis Data .....	41
1. Uji Asumsi.....	41
2. Uji Hipotesis.....	42
3. Uji N-Gain .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A. Orientasi Kancah.....	44
B. Persiapan Penelitian .....	45
1. Persiapan Administrasi.....	45
2. Persiapan Alat Ukur .....	46
3. Persiapan Modul.....	46
C. Pelaksanaan Penelitian .....	50
1. Pelaksanaan Pre-test .....	50
2. Pelaksanaan Eksperimen .....	52
3. Pelaksanaan Post-test.....	55
D. Hasil Penelitian.....	55
1. Deskripsi Partisipan Penelitian.....	55
2. Deskripsi Statistik.....	55
3. Uji Asumsi.....	57

4. Uji Hipotesis.....	58
5 Analisis Tambahan.....	60
E. Pembahasan.....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>78</b>



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Penduduk Lanjut Usia D.I Yogyakarta Hasil Proyeksi, 2020-2035 .....	1
Tabel 2. Literature Review.....	11
Tabel 3. Desain penelitian.....	35
Tabel 4 kisi- kisi kuesioner Kualitas Hidup.....	38
Tabel 5. Kriteria Gain Ternormalisasi .....	43
Tabel 6. Kriteria penentuan tingkat keefektifan.....	43
Tabel 7. Distribusi Informasi Karakteristik Responden Lansia Dusun Blendung	45
Tabel 8. Modul Persiapan Pendampingan lansia di BKL Mugi Waras .....	46
Tabel 9. Jadwal dan Materi Pendampingan BKL Mugi Waras .....	54
Tabel 10. Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	55
Tabel 11. Pemusatan Data dan Penyebaran Data Hasil Pretest Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	56
Tabel 12. Pemusatan Data dan Penyebaran Data Hasil Posttest Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	56
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas .....	57
Tabel 14. Hasil Uji Homogenitas.....	58
Tabel 15. Hasil Uji Independent Sample Test .....	58
Tabel 16. Hasil Uji Hipotesis (Group Statistics).....	59
Tabel 17. Uji N-Gain Hasil Kualitas Hidup Lansia .....	60

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1. Dinamika Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia terhadap  
Peningkatan Kualitas Hidup Lansia 34



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Alat Ukur Uji Coba dan Alat Ukur Penelitian.....	78
Lampiran 2. Tabulasi data penelitian .....	84
Lampiran 3. Uji Asumsi.....	90
Lampiran 4. Uji Hipotesis .....	91
Lampiran 5. Analisis Tambahan .....	91
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	93
Lampiran 7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian .....	95
Lampiran 8. Informed Consent .....	96
Lampiran 9. Dokumentasi.....	97
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup.....	99



# **Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL) Dalam Upaya**

## **Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia**

Elqy Nurdiana

20107010114

### **INTISARI**

Angka Harapan Hidup (AHH) menurut Provinsi dari tahun 2020 sampai 2035, Daerah Istimewa Yogyakarta mengalami peningkatan. Namun, di sisi lain, kualitas hidup para lansia menjadi terganggu karena munculnya perubahan maupun permasalahan pada beberapa aspek seperti aspek kesehatan fisik, hubungan sosial, ekonomi dan psikologis (Leylasari et al., 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendampingan bina keluarga lansia (BKL) dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan model kuasi eksperimen dengan model *pretest-posttest control group design*, yaitu menggunakan dua kelompok meliputi kelompok eksperimen dan kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 50 sampel dan teknik pengumpulan data menggunakan skala kualitas hidup berdasarkan *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF). Teknik analisis data penelitian ini menggunakan uji *independent sample t-test* dengan analisis tambahan N-Gain. Hasil dalam penelitian ini memperoleh hasil uji t- test penelitian sebesar  $0,001 < 0,05$  dan nilai F sebesar 3,104 yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efektivitas pendampingan bina keluarga lansia (BKL) dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Sedangkan pada analisis N-Gain hasil rata-rata pretest dan posttest pada kelompok eksperimen adalah sebesar 47,3636% sehingga menunjukkan tingkat efektivitasnya berada pada kategori sedang.

**Kata Kunci:** *Bina Keluarga Lansia (BKL), Lansia, Kualitas Hidup.*

# **Effectiveness of Elderly Family Development Assistance (BKL) in Efforts to Improve the Quality of Life of the Elderly**

Elqy Nurdiana

20107010114

## **ABSTRACT**

Life Expectancy (AHH) by Province from 2020 to 2035, the Special Region of Yogyakarta has increased. However, on the other hand, the quality of life of the elderly is disrupted due to changes or problems in several aspects such as physical health, social relationships, economics and psychology (Leylasari et al., 2019). This study aims to determine the effectiveness of elderly family guidance (BKL) assistance in efforts to improve the quality of life of the elderly. The method in this study uses a quantitative method with a quasi-experimental model with a *pretest-posttest control group design* model, namely using two groups including the experimental and control groups. The sampling technique uses a purposive sampling technique of 50 samples and the data collection technique uses a quality of life scale based on the *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF). The data analysis technique for this study uses an independent sample t-test with additional N-Gain analysis. The results of this study obtained the results of the t-test of the study of  $0.001 < 0.05$  and the F value of 3.104 which means that there is a significant influence between the effectiveness of elderly family guidance (BKL) assistance in efforts to improve the quality of life of the elderly. While in the N-Gain analysis, the average results of the pretest and posttest in the experimental group were 47.3636%, indicating that the level of effectiveness was in the moderate category.

**Keywords:** *Elderly Family Development (BKL), Elderly, Quality of Life.*

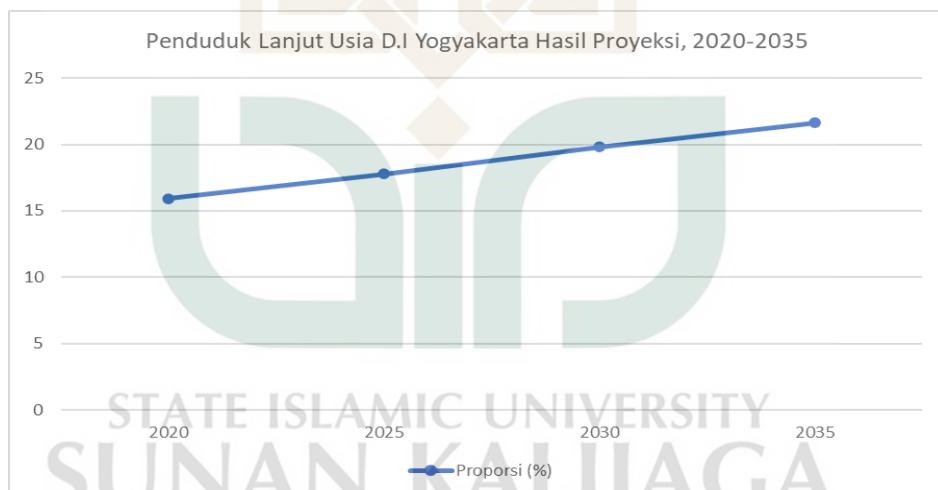
# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pembangunan di segala bidang ekonomi, pendidikan, sosial dan bidang lainnya telah meningkatkan kualitas hidup manusia. Hal ini disebabkan adanya peningkatan angka harapan hidup yang mempengaruhi tingginya angka penduduk usia atau kelompok lanjut usia. Meningkatnya angka harapan hidup dikarenakan adanya kesadaran tiap pemerintah provinsi akan pentingnya pembangunan nasional (Tariustanti et al., 2021).

**Tabel 1 Penduduk Lanjut Usia D.I Yogyakarta Hasil Proyeksi, 2020-2035**



Tabel di atas menunjukkan peningkatan proporsi penduduk lanjut usia dalam proyeksi tahun 2020 hingga 2035. Badan Pusat Statistik provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menjelaskan proporsi penduduk lanjut usia DIY dari tahun 2020 sampai tahun 2035 terus meningkat yang mana semakin menuju usia yang lebih tua. Penuaan penduduk merupakan fenomena global yang disebabkan oleh

bertambahnya tingkat harapan hidup atau menurunnya tingkat kelahiran dan kematian (Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta, 2023).

Kelompok lanjut usia atau lansia merupakan kelompok yang dibedakan berdasarkan usia dan tingkat produktivitasnya. Peraturan pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 tahun 2004 menjelaskan kelompok lanjut usia merupakan individu yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (Nilam, 2019). Dengan demikian seseorang yang telah memasuki masa pensiun dari pekerjaannya secara otomatis sudah dianggap lansia.

Usia tua disebut dengan masa emas (*golden age*) karena tidak semua orang dapat mencapai pada usia lanjut tersebut. Oleh karena itu, ketika seseorang sudah memasuki usia lanjut, diperlukan pertimbangan agar lansia dapat menikmati masa emasnya dan menjadi lansia yang berguna dan bahagia (Kania, 2019). Peralihan menuju usia lanjut memerlukan perhatian lebih karena penuaan merupakan salah satu permasalahan orang dewasa yang memerlukan perhatian (Kania, 2019).

Lansia disebut orang dewasa yang memerlukan perhatian lebih, hal ini dikarenakan lansia mengalami proses menua yang ditandai dengan menurunnya fungsi organ-organ tubuh akibat menurunnya jumlah dan kapasitas sel-sel tubuh sehingga menurunkan kemampuan jaringan-jaringan tubuh dalam mempertahankan fungsi secara normalnya (Kania, 2019).

Menurut Efendi & Makhfudli (2009) lansia bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh dalam beradaptasi terhadap tekanan lingkungan (Yuzefo et al., 2015). Penurunan pada lansia biasa terjadi pada kualitas hidupnya.

Kualitas hidup terdiri dari empat aspek yakni kesehatan fisik, hubungan sosial, ekonomi dan psikologis (Leylasari et al., 2019). Apabila aspek tersebut tidak terpenuhi, maka akan timbul kesulitan dalam kehidupan para lansia sehingga akan menurunkan kualitas hidup mereka (Rohmah et al., 2012).

Kualitas hidup menurut *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL) didefinisikan sebagai suatu persepsi seseorang yang berkaitan dengan tujuan, harapan, standar dan perhatian dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada (Ningsih & Setyowati, 2020). Definisi ini berhubungan dengan kesehatan fisik, keadaan psikologis, tingkat kemandirian, keyakinan dan hubungan individu dengan lingkungan (Ningsih & Setyowati, 2020).

Secara umum, lansia memiliki kualitas hidup yang kurang baik. Usia tua, kesepian, keterbatasan finansial, dan munculnya penyakit degeneratif seperti kanker, rematik, serta katarak yang semuanya menurunkan produktivitas dan berdampak pada kehidupan sosial (Darmono, 2018). Selain munculnya penyakit degeneratif, lansia juga mengalami kerusakan progresif pada sistem saraf (neurodegeneratif), khususnya pada otak (Hastuti et al., 2022). Penyakit ini seperti penurunan daya ingat, kemampuan berkomunikasi, mengalami gangguan gerakan keseimbangan dan lain sebagainya (Hastuti et al., 2022).

Idealnya para lansia akan menikmati masa tua dengan kondisi fisik yang sehat dan kuat, bebas dari penyakit, tetap mampu beraktivitas sesuai kemampuan, merasa tenang dan bahagia, tidak kesepian, mempunyai keluarga yang bahagia, anak cucu yang selalu dekat, selalu bertukar cerita dengan sahabat dan sanak

saudara, serta kondisi spiritual yang tenang, terutama sesuai dengan kepercayaan dan agama yang dianut masing-masing lansia (Yusri et al., 2023).

Kualitas hidup pada lansia perlu diteliti lebih lanjut karena merupakan ukuran penting, di mana perubahan menuju proses menjadi lansia tidak selamanya berjalan dengan baik karena mulai munculnya keterbatasan (Cahyandari et al., 2015). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup adalah usia, jenis kelamin, status pekerjaan, tingkat pendidikan, dan dukungan sosial (Cahyandari et al., 2015)

Pada kehidupan lansia, faktor-faktor di atas sangat mempengaruhi kenyamanan dan kesejahteraannya. Namun ada hal yang lebih penting dari semua faktor di atas yaitu adanya dukungan sosial baik dari keluarga, lingkungan masyarakat, dan pemerintah (Nurrohmi, 2020). Dukungan sosial hadir sebagai ungkapan rasa senang berupa perhatian, penghargaan ataupun pertolongan yang didapat oleh seseorang atau suatu kelompok (setiawan, 2022). Menurut Johnson, dukungan sosial ini membutuhkan keberadaan orang lain yang bisa dipercaya untuk memberikan bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian yang dapat meningkatkan kualitas hidup individu (Maimunah, 2020).

Menurut Marni & Yuniawati (2015) dukungan sosial mempunyai dampak yang signifikan terhadap kehidupan individu. Dukungan sosial hadir dalam bentuk dukungan pada seseorang dalam menghadapi masalah seperti memberikan perhatian, nasihat, kasih sayang, arahan ataupun dapat berupa barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga maupun teman (Sajidah, 2018). Semakin banyak orang

memberikan dukungan sosial maka akan semakin sehat kehidupan seseorang (Sajidah, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, terdapat hubungan positif dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading Semarang. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula penerimaan diri pada lansia. Sebaliknya, semakin rendah dukungan maka tingkat penerimaan diri pada lansia akan semakin rendah (setiawan, 2022). Selain itu, hasil penelitian dan analisa bivariat antara dukungan sosial dengan kualitas hidup didapatkan bahwa ada hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada lansia yang telah ditinggal oleh pasangan hidupnya di wilayah Kelurahan Jatimurni Bekasi (Fauziyyah & Herlinah, 2023).

Jika dukungan sosial pada lansia dapat optimal dan ideal seperti yang diharapkan, maka tidak dinafikan bahwa banyak lansia yang berdaya dan berkemampuan sehingga tidak menjadi beban keluarga. Sebaliknya jika lansia di dukung untuk beraktivitas maka lansia masih bisa hidup produktif bahkan hingga dapat bekerja. Masyarakat beranggapan lanjut usia merupakan fase di mana setiap individu akan menjalaniya, namun lansia juga memiliki hak untuk memperoleh kehidupan yang layak dan pelayanan sosial (Nilam, 2019).

D.I Yogyakarta merupakan salah satu kota dengan jumlah lansia terbesar di Indonesia. BKKBN DIY harus mengupayakan berbagai program yang melibatkan pihak swasta, komunitas lokal dan keluarga untuk menumbuhkan lansia yang tangguh. Lansia tangguh adalah individu atau kelompok berusia diatas 60 tahun yang bercirikan sehat, aktif, mandiri, dan produktif (Risqika & Satlita, 2018).

Salah satunya adalah program Bina Keluarga Lansia (BKL). Program tersebut bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia memasuki masa lanjut usia dengan pengetahuan dan keterampilan melalui kegiatan pemberdayaan, pembinaan, dan pengembangan potensi bagi lansia (Pangestuti, 2019). Lembaga BKL yang menjadi objek observasi penelitian adalah BKL Mugi Waras terletak di Dusun Blendung, Sumbersari, Moyudan, Sleman.

Dalam upaya penanganan kelompok lanjut usia sebagai beban keluarga, BKL Mugi Waras menerapkan dan melaksanakan berbagai program serta kegiatan untuk para lansia yang mana didasari dengan tujuh dimensi lansia tangguh. Tidak hanya itu, pemerintah juga memberikan bantuan melalui Usaha Ekonomi Produktif (UEP) lanjut usia yang mana suatu bantuan kepada lansia dalam bentuk finansial maupun non-finansial dengan tujuan peningkatan kualitas hidup lansia demi mewujudkan kesejahteraan sosial serta peningkatan taraf hidup (Nilam, 2019).

Dalam hal ini, kesejahteraan sosial dan peningkatan taraf hidup lansia dibuat dalam hal peningkatan kualitas hidup berupa kemampuan lansia dalam mencukupi kebutuhannya di berbagai bidang kehidupannya antara lain bidang sosial, ekonomi, lingkungan dan kegiatan kesehariannya. Selain itu, program dan kegiatan ini juga mewujudkan kemampuan lansia dalam berdaya guna untuk dirinya sendiri, kelompoknya dan masyarakat lingkungan (Nilam, 2019). Sehingga lansia dapat memacu dirinya untuk bisa meningkatkan kualitas hidup. Dalam pelaksanaan program dan kegiatan di BKL ini, lansia diberikan kesempatan untuk tetap aktif, produktif, serta mampu mewujudkan kemandirian pada lansia yang masih memiliki harapan hidup yang tinggi (Nilam, 2019).

Berjalannya program dan kegiatan dari pemerintah ini, diperlukan pendampingan kelompok lansia yang berkesinambungan melakukan *monitoring* dan evaluasi (Nilam, 2019). Hal ini dikarenakan apabila adanya bantuan pemerintah terhadap kelompok lansia ini tanpa adanya pendampingan, dikhawatirkan bantuan tersebut tidak tepat sasaran atau dialihfungsikan (Nilam, 2019).

Sehingga dibutuhkan pendamping atau kader pada Bina Keluarga Lansia (BKL) yang mana dapat membantu serta mengontrol penyaluran bantuan dan pelaksanaan program serta kegiatan lansia ini. Peran pendamping atau kader ini dibuat untuk memberikan pendampingan serta bimbingan sosial melalui motivasi dan inovasi yang dapat membantu dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia (Nilam, 2019).

Program BKL Mugi Waras meliputi penyuluhan, cek kesehatan, kumpul keluarga, kunjungan domestik, pengumpulan informasi, observasi dan penilaian program (Risqika & Satlita, 2018). Selain itu, ada juga olahraga senam dua kali dalam seminggu untuk meningkatkan kesejahteraan jasmani dan rohani. Menumbuhkan lingkungan sosial seperti rekreasi dengan bercocok tanam, bakti sosial, dan gotong royong lingkungan (Risqika & Satlita, 2018).

Adanya peningkatan spiritual dengan melaksanakan kegiatan keagamaan yang dilakukan setiap bulan dan hari besar keagamaan (Risqika & Satlita, 2018). Kemudian peningkatan produktivitas dengan pelatihan potensi dan keterampilan seperti membuat keset kaki, gelang dan kalung dari manik-manik dan keterampilan lainnya yang dapat menjadi usaha ekonomi produktif sehingga dapat bekerjasama dengan UKM/koperasi (Risqika & Satlita, 2018).

Pelaksanaan program kegiatan di dusun Blendung, desa Sumbersari ini merupakan upaya pemberdayaan dimana terdapat pelatihan dan pengembangan yang didasari oleh kemampuan lansia, sehingga sasaran dari program lansia ini sebagian besar yakni masyarakat desa (Nilam, 2019). Dalam penelitian ini mempunyai kemiripan tema dengan penelitian sebelumnya yakni tentang Bina Keluarga Lansia (BKL).

Beberapa penelitian membahas pelayanan sosial lansia, peran kader, hingga strategi pengelolaan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sedangkan pada penelitian ini, penulis ingin meneliti keefektifan program kegiatan BKL yang menggunakan metode kuasi eksperimen dengan tujuan untuk mengukur dan membandingkan kualitas hidup lansia yang mengikuti pendampingan BKL tersebut.

Pengimplementasian program BKL ini dalam strategi penguatan masyarakat yang didukung penuh oleh pemerintah di mana pendampingan dan pengawasan intensif terhadap lansia sangat dibutuhkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Tariustanti et al., 2021 yang mendukung program BKL dalam kehidupan lansia yang mana hasil penelitian berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia. Penelitian tersebut diambil dari hasil wawancara mendalam dengan informan yang dilakukan menyatakan para lansia sangat antusias untuk mengikuti program pelayanan kesehatan tersebut dan lansia merasa semakin aktif dan produktif.

Adapun di penelitian ini, peneliti akan melihat efektivitas lebih lanjut dengan menggunakan metode eksperimen. Harapannya penelitian ini bisa menemukan dampak keberlanjutan dari adanya program ini masa akan datang

melalui pendampingan BKL sebagai bentuk pemberdayaan terhadap lansia. Sehingga rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada efektivitas Bina Keluarga Lansia (BKL) terhadap peningkatan kualitas hidup lansia?”

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pendampingan Bina Keluarga Lansia melalui berbagai kegiatan pada lansia guna meningkatkan kualitas hidupnya.

### **C. Manfaat penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis ini muncul berlatarkan ketidakpuasan atau keraguan terhadap teori yang sudah ada sehingga dilakukan penyidikan kembali secara empiris dan menambah wawasan dalam bidang psikologi keluarga dan psikologi perkembangan.

#### 2. Manfaat Praktis

a. Bagi BKL (Bina Keluarga Lansia) Dusun Blendung, Desa Sumbersari dapat menjadi bahan pertimbangan dan evaluasi dalam

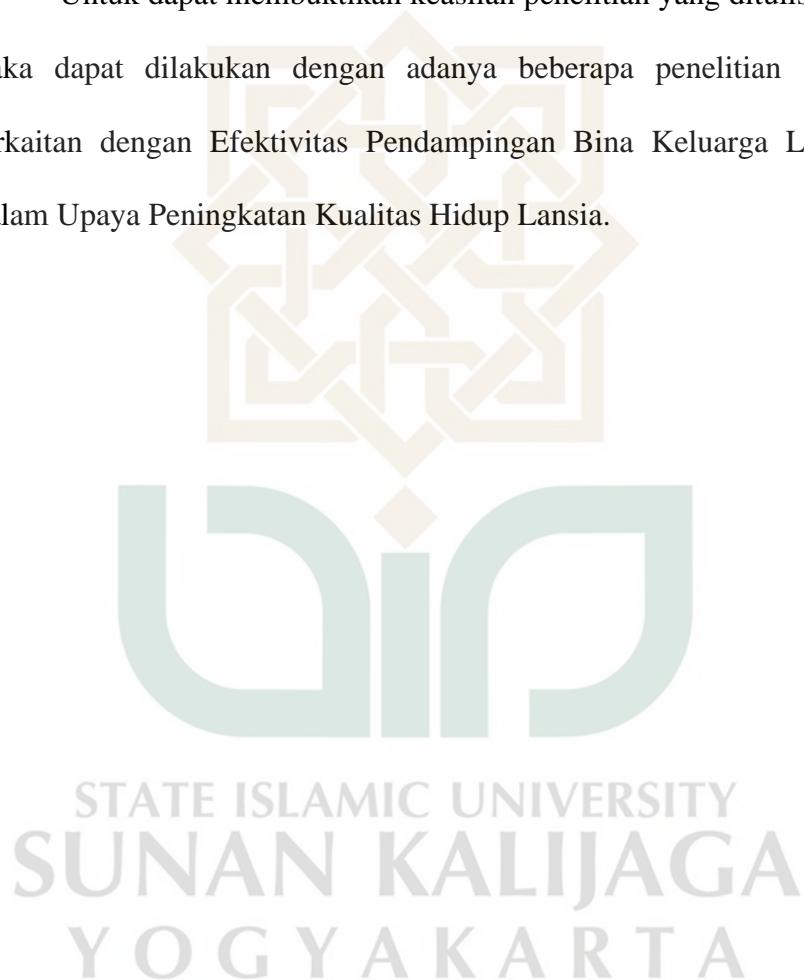
peningkatan kualitas hidup lansia. Selain itu, sebagai informasi bagi pemerintah dan praktisi agar lebih memperhatikan kondisi psikologis lansia.

b. Bagi pembaca dapat menjadi tambahan pengetahuan dan wawasan mengenai efektivitas kegiatan BKL terhadap peningkatan kualitas hidup lansia serta dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis terkait kualitas hidup lansia

- c. Bagi keluarga yang memiliki lansia, penelitian ini bisa menjadi bahan evaluasi dan menambah pengetahuan untuk mengetahui lebih dalam dari pendampingan Bina Keluarga Lansia dengan kualitas hidup lansia.

#### **D. Keaslian Penelitian**

Untuk dapat membuktikan keaslian penelitian yang ditulis oleh penulis maka dapat dilakukan dengan adanya beberapa penelitian sejenis yang berkaitan dengan Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL) Dalam Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia.



**Tabel 2. Literature Review**

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Devi Ayu Risqika dan Lena Satlita, M.Si.,	Strategi pembangunan keluarga lansia tangguh oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Nasional DIY dalam mengatasi jumlah lansia di kota Yogyakarta	2018	Menggunakan teori 3 indikator yang dikemukakan oleh Hunger & Wheelen (2003) yaitu Program, Anggaran dan Prosedur.	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif	Menggunakan pedoman wawancara, observasi dan dokumentasi	Di kantor Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Daerah Istimewa Yogyakarta dengan menggunakan 5 subjek.	Program yang dilaksanakan BKKBN DIY untuk menurunkan jumlah lansia tidak produktif merupakan hasil analisis lingkungan internal dan eksternal dengan menggunakan kekuatan dan peluang, dapat dimanfaatkan untuk meminimalisir kelemahan dan ancaman yang dihadapi.
2.	Desy Tariustanti , Zarah Puspitaningtyas, Al	Efektifitas Bina Keluarga Lansia (BKL) terhadap Kualitas Hidup	2021	Data dan sumber data yang digunakan yaitu data primer dari hasil	Penelitian ini menggunakan pendekatan	Lembar pertanyaan sesuai WHOQOL BREF	Terdapat 6 sampel yang berhubungan dengan kelompok	Program BKL berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia, hal ini diperoleh dari hasil wawancara

	Munawir	Lansia		deep interview serta dokumentasi. Data sekunder diperoleh dari kegiatan posyandu lansia dan kegiatan BKL.	kualitatif	(WHO,2016)	Bina Keluarga Lansia (BKL) di Drupadi Desa Mimbaan	mendalam dengan informan yang mana kegiatan program pelayanan kesehatan sangat beragam sehingga para lansia antusias untuk mengikuti.
3.	Tuti Anggarawati dan Novita Wulan Sari	Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Self Help Group Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia	2021	Penelitian ini menganalisis pengaruh <i>self-help group</i> (SHG) terhadap kualitas hidup (Utami dkk, 2011)	Penelitian menggunakan quasi eksperimental dengan <i>pretest posttest control group design</i>	Menggunakan sampel sebanyak 40 lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia	Jumlah sebanyak 40 lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia	Hasil menunjukkan bahwa <i>Self-Help Group</i> (SGH) berpengaruh pada kualitas hidup lansia ( $p<0,001$ ).

4.	Eka Zuni Lusi Astuti dan Tri Winarni	Mendorong partisipasi Bina Keluarga Lansia dalam mewujudkan tujuh dimensi lansia tangguh	2018	7 Dimensi Lansia Tangguh	Penelitian ini menggunakan metode pengabdian masyarakat dengan sosialisasi dan pelatihan penguatan	Observasi, wawancara, FGD dan dokumentasi	Di Desa Sumbersari, Moyudan, Sleman dengan diikuti seluruh lansia yang ada di 5 BKL tersebut.	Dampak dari program pengabdian masyarakat menghasilkan peningkatan pada pemahaman lansia tentang Bina Keluarga Lansia
5.	Enik Listyaning sih dan Agaphita Chrisinta Wardani	Efektivitas program Bina Keluarga Lansia (BKL) dalam membina lansia kecamatan Godean, Sleman, Yogyakarta	2018	Keberhasilan program, kepuasan terhadap program dan pencapaian tujuan berdasarkan adanya	Menggunakan metode kualitatif deskriptif	Menggunakan alat ukur sendiri, pedoman wawancara, alat perekam dan alat tulis	Sampel 6 BKL, setiap BKL 2 kader, 2 keluarga lansia, dan 2 lansia	Adanya dampak efektif bagi lansia dalam keberhasilan program BKL tersebut. Lansia merasa puas dan indikator tujuan dari program tersebut sangat dibutuhkan oleh lansia.

6.	Eva Mayasari, Riska Epina Hayu, Sumandar	Pemanfaatan Bina Keluarga lanisa oleh keluarga yang mempunyai lansia di Kampung KB Berkah Bersama	2021	Penelitian ini menggali hubungan pengetahuan, sikap, jarak dan dukungan keluarga dengan pemanfaatan BKL	Penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan desain <i>cross section</i>	Menggunakan kuesioner dan di uji <i>chi square</i> untuk melihat variabel pengetahuan,sikap, jarak dan dukungan keluarga	Penelitian ini berlokasi di kampung KB Berkah Bersama Kecamatan Bukit Raya Kota Pekanbaru dengan jumlah sampel 310 lansia.	Pada penelitian ini peneliti tidak menemukan adanya hubungan antara variabel pengetahuan, sikap, jarak, dan dukungan keluarga dalam penggunaan BKL oleh keluarga dengan lansia
7.	Giovanda Wahyu Andika, Farida Wahyu Ningtyias, Sulistiyani	Kualitas Hidup Lansia di Rumah dan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha	2021	Dimensi kualitas hidup ; fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan (Santoso, 2019)	Analitik observasional dengan menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> .	Wawancara menggunakan kuesioner MMSE (Mini Mental State Examination) untuk menilai gangguan fungsi kognitif	Sampel berjumlah 10 lansia yang mana 50 responden di wilayah Puskesmas Sukorejo dan 50 responden di Unit Pelayanan Sosial Tresna	Tidak terdapat perbedaan pada kualitas hidup domain fisik, psikologis, dan lingkungan, namun terdapat perbedaan kualitas hidup pada domain sosial. Lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga memiliki kualitas hidup domain sosial lebih baik

						lansia (Ningrum dan Chondro, 2019) dan kuesioner WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup lansia (WHO,2016)	Werdha Jember	dibandingkan yang tinggal di UPT Pelayanan sosial Tresna werdha.
8.	Indahria Sulistyarini	Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi	2020	Bersyukur dapat dilakukan 3 hal : bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, bersyukur dengan perbuatan (Al-Jauziyah,2005).	Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain <i>pretest posttest control group</i>	Kuesioner kualitas hidup berjumlah 23 orang dan telah terdiagnosa hipertensi 1 tahun.	Subjek penelitian berjumlah 23 orang dan telah terdiagnosa hipertensi 1 tahun.	Pelatihan kebersyukuran dapat meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi yang ditunjukkan dengan peningkatan skor kualitas hidup pada kelompok eksperimen ( $MD = -18.833$ , $p = 0.000$ dan prates-tindak lanjut

					<i>design</i>	(WHOQOL Group, 1998)		(M= -28.417, p = 0,000). Hal ini pelatihan kebersyukuran dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien hipertensi, sehingga dapat dijadikan juga sebagai pendamping dari terapi medis.
9.	Rini Wahyu Ningsih, Sri Setyowati	Hubungan Tingkat Kesehatan dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta	2020	Kesepian pada lansia (Lina S, 2016) dan kualitas hidup lansia (Papalia, et al, 2001; Ariyanti, 2009 dalam Afiyah, 2018).	Metode penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional dan jenis penelitian non-eksperimen.	Kuesioner kesepian (Lina S, 2016) dan kualitas hidup (WHOQOL dalam Hayulita, Sri , dkk (2018)	sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 responden lansia yang aktif di posyandu lansia melati dusun karet, Pleret, Bantul, Yogyakarta.	Adanya hubungan antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia melati dusun Karet, Pleret, Bantul, Yogyakarta.

10.	Mohammand Rizal Pamungkas, Dr. Noortje Anita Kumaat, M.Kes	Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Usia 60 Tahun Keatas di Posyandu Lansia Karang Werdha Kedurus Surabaya	2016	Senam bugar lansia (Budiharjo et al., 2004) dan world Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF.	Penelitian deskriptif kuantitatif dengan eksperimen semu dan desain penelitian one group pretest-posttest design.	Pemberian treatment dilakukan dengan frekuensi latihan senam 3 kali dalam seminggu dengan durasi 40-45 menit selama 6 minggu serta penyebaran kuesioner WHOQOL-BREF	Sampel penelitian berjumlah 15 orang lansia di karang werdha yang sudah berusia 60 tahun keatas di posyandu karang werdha Kedurus, Surabaya.	Terdapat pengaruh pemberian senam bugar lansia terhadap peningkatan kualitas hidup lansia.
-----	--	---	------	--	---	---	--	--

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya, terdapat variasi dan kesamaan sebagai berikut :

### **1. Topik**

Topik dalam penelitian ini adalah efektivitas pendampingan bina keluarga lansia dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian Tariustanti et al., (2021) dalam pemilihan variabel namun berbeda dengan lokasi dan metode penelitian yakni efektivitas Bina Keluarga Lansia (BKL) terhadap kualitas hidup lansia di Kabupaten Situbondo dengan metode penelitian kualitatif.

### **2. Teori**

Penelitian ini merujuk pada teori kualitas hidup dari World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF. Teori ini juga digunakan oleh Anggarawati & Sari (2021), dan Tariustanti et al., (2021).

### **3. Alat Ukur**

Pengukuran variabel kualitas hidup dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah ada dari WHOQOL-BREF yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Dr. Ratna Mardiatyi, Satya Joewana, Catholic University Atma Jaya di Jakarta. Kemudian di tahun 2016 direvisi oleh Fredrick Dermawan Purba, Universitas Padjadjaran yang diadaptasikan juga oleh Wardhani (dalam Sekarwiri, 2008, hlm.36) melakukan uji psikometri terhadap alat ukur WHOQOL-BREF dan hasilnya bahwa alat ukur WHOQOL – BREF adalah alat ukur yang valid dan reliable

dalam mengukur kualitas hidup dengan empat dimensi kualitas hidup yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

#### **4. Subjek Penelitian**

Penelitian sebelumnya banyak yang meneliti tentang kualitas hidup lansia yang mana kebanyakan di panti werdha, dan posyandu. Sedangkan pada penelitian ini fokus pada lansia di dusun Blendung, Sumbersari, Moyudan, Sleman.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat variasi dan kesamaan dalam penelitian tersebut. Dalam teori, penelitian ini sedikit membedakan dari penelitian sebelumnya karena menggunakan metode kuantitatif dengan kuasi eksperimen. Demikian keaslian dari penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari penelitian yang telah dilakukan, serta hasil yang diperoleh dari penelitian, dapat diberi kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam efektivitas pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL) dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Dengan tingkat efektivitas berada pada kategori sedang dan kurang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di BKL Mugi Waras.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi BKL (Bina Keluarga Lansia) Dusun Blendung, Desa Sumbersari Hendaknya menjadi bahan pertimbangan dan evaluasi dalam peningkatan kualitas hidup lansia. Selain itu, sebagai informasi bagi pemerintah dan praktisi agar lebih memperhatikan kondisi psikologis lansia.
2. Bagi Lansia  
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pembelajaran serta informasi terkait kualitas hidup lansia yang mengikuti pendampingan BKL, sehingga memnimalisir terjadinya kualitas hidup lansia yang rendah.
3. Bagi Keluarga yang Memiliki Lansia

Hendaknya penelitian ini bisa menjadi bahan evaluasi dan menambah pengetahuan untuk mengetahui lebih dalam dari pendampingan Bina Keluarga Lansia dengan kualitas hidup lansia.

#### 4. Bagi Peneliti Lain

Hendaknya disarankan untuk mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini sebagai bahan perhatian. Kelemahan-kelemahan tersebut di antaranya, menjadikan lebih banyak sampel untuk penelitian, dan menambahkan beberapa upaya agar pendampingan BKL lebih efektif dilakukan.



## DAFTAR PUSTAKA

(2020, September). Modul 11 Uji Wilcoxon (Kode : MIK411). Retrieved March 19, 2024, From

Https://Lms-

Paralel.Esaunggul.Ac.Id/Pluginfile.Php?File=/95297/Mod\_Resource/Content/1/Modul11  
%20MIK411%20Uji%20Wilcoxon.Pdf

Afiyanti, Y. (2010, Juli). Analisis Konsep Kualitas Hidup. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 13(2), 81-86.

Agustin, R. D. (2020). Peran Kader Bina Keluarga Lansia (BKL) Kenanga Dalam Membimbing Lansia Tangguh Di Desa Bogorejo Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran. *Doctoral Dissertation, UIN Raden Intan Lampung*.

Alfansyur, A., & Mariyani. (2020). SENI MENGELOLA DATA: PENERAPAN TRIANGULASI TEKNIK, SUMBER DAN WAKTU PADA PENELITIAN PENDIDIKAN Sosial. *HISTORIS : Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 5(2).

Andika, G. W., Ningtyias, F. W., & Sulistiyani. (2021). Kualitas Hidup Lansia Di Rumah Dan Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha. *The Indonesian Journal Of Health Promotion And Health Education*, 9(2).

Anggarawati, T., & Sari, N. W. (2021). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Self Help Group Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia. *Indonesia Jurnal Perawat*, 6(1).

Ardiani, H., Lismayanti, L., & Rosnawaty, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kelurahan Mugarsari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2014. *Healthcare Nursing Journal*, 1(1).

Ariyanto, A., Puspitasari, N., & Utami, D. N. (2020, September). Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(2).

Azania, D., & Naan. (2021). Peran Spriritual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Di Tengah Pandemi Covid-19. *Humanistika : Jurnal Keislaman*, 7(1), Hal. 26-44.

Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta. (2023). *Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta 2020–2035 Hasil Sensus Penduduk 2020*. Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta. Diakses Pada 21 Juni 2024, Dari <Https://Yogyakarta.Beta.Bps.Go.Id/Id/Publication/2023/07/14/E11c61cd15882ada3dd6fa0c/Proyeksi-Penduduk-Kabupaten-Kota-Provinsi-Daerah-Istimewa-Yogyakarta-20202035-Hasil-Sensus-Penduduk-2020.Html>

Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 33-47.

Cahyandari, R., Nashori, F., & Sulistyarini, I. (2015, Juni). Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Pnu Obstruktif Kronik (PPOK). *Jurnal Intervensi Psikologi*, 7(1).

Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. WINEKA MEDIA.

Endarti, A. T. (2015, September). Kualitas Hidup Kesehatan : Konsep, Model, Dan Penggunaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2).

Fathoni, A. (2006). Metodelogi Penelitian. *Rineka Cipta*.

Fauziyyah, H., & Herlinah, L. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Sudah Ditinggal Oleh Pasangan Hidupnya Di Wilayah Kelurahan Jatimurni Bekasi Tahun 2023. *Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta*.

Firman. (2018). Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurusan Bimbingan Dan Konseling FIP Universitas Negeri Padang*.

Gunawan, I. (2022). Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Praktik. *Bumi Aksara*.

- Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial). *Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia*, 8(1).
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187-203.
- Hastuti, M. S., Wibowo, R. M., Muchlis, A., Afifah, A. N., Hamzah, Z., Aini, Q., & Prameswari, R. (2022, Oktober). Pengenalan Penyakit Neurodegenerative Pada Lansia. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMJ*.
- Hayati, B. N. (2016). Pemberdayaan Anggota Lansia Potensial Dalam Program Budidaya Tanaman Sayuran Di Kelompok Tani RW 12, Kelurahan Rejowinangun, Kotagede, Yogyakarta. *Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik. Universitas Gadjah Mada*.
- Ibrahim. (2018). Metodologi Penelitian Kualitatif. *Bandung : Alfabeta, CV*.
- Ife, Jim, & Tesoriero, F. (2008). Alternatif Pembangunan Masyarakat Di Era Globalisasi. Yogyakart. *Pustaka Pelajar*.
- Juliesa, M. R. P. (2018). Pelayanan Sosial Berbasis Komunitas :Praktik Baik Program Bina Keluarga Lansia (BKL) Mugi Waras Dusun Blendung, Desa Sumbersari, Kecamatan Moyudan, Kabupaten Sleman. *Universitas Gadjah Mada*.
- Kania, D. (2019). Kania, Devi. Kegiatan Bina Keluarga Lansia (BKL) Untuk Kesejahteraan Spiritual Lanjut Usia: Penelitian Di Kampung KB RW 07 Kelurahan Cipadung Kulon Kecamatan Panyileukan Kota Bandung. *Diss. UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Karisoh, S. D., Tondobala, L., & Syafriny, R. (2020). Pengaruh Kekumuhan Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat Di Perkampungan Kota Manado. *Jurnal Perencanaan Wilayah Dan Kota*, 7(1).
- Khotimah, N., RB, G., Ghufron, A., Sugiharti, S., & Aryekti, K. (2016, November). Lanjut Usia (Lansia) Peduli Masa Depan Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Geimedia*, 14(2).

- Kiling, I. Y., & Kiling-Bunga, B. N. (2019, September). Pengukuran Dan Faktor Kualitas Hidup Pada Orang Usia Lanjut. *Journal Of Health And Behavioral Science*, 1(3).
- Lathifah, N. F. (2015). Pengaruh Pemberian Nasi Merah Terhadap Kualitas Hidup Manusia Usia Lanjut (Manula). <Http://Repository.Umy.Ac.Id/Handle/123456789/18234>
- Lenaini, I. (2021). TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL PURPOSIVE DAN SNOWBALL SAMPLING. *HISTORIS : Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1).
- Leylasari, H. T., Widodo, B., & Mudjijanti, F. (2019). PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS LANSIA CERIA. *Jurnal Anadara Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2).
- Listiyaningsih, E., & Wardani, A. C. (2017, Juli). Efektivitas Program Bina Keluarga Lansia (BKL) Dalam Membina Lansia Di Kecamatan Godean Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 5(1).
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2).
- Moleong, & J., L. (2014). Metode Penelitian Kualitatif. *Bandung : PT Remaja Rosdakarya*.
- Moleong, L. J. (2004). Metodelogi Penelitian. *Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya*, 3(1).
- Muammar, Hamdiana, & Maya Fidjriani. (2023, April). EFEKTIVITAS TERAPI REMINISCENCE TERHADAP TINGKAT STRESS LANSIA. *Darussalam Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery*, 5(1), 32-41.
- Natalina, R., Simanugkalit, H. M., Istiningbih, T., & Nurjanah, A. (2021, Februari). Tiga Aspek Penting Dalam Kesehatan. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 11(1).

- Nataliya, P. (2015). EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN PERMAINAN TRADISIONAL CONGKLAKUNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERHITUNG PADA SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(2).
- Nathaniela, V. (2018). Determinan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Rw. 01 Desa Sudagaran Kecamatan Banyumas. *Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- Nazir, M. (2011). Metode Penelitian. *Bogor : Penerbit Ghalia Indonesia*.
- Nilam, N. (2019). Efektivitas Pendampingan Bina Keluarga Lansia (BKL) Melalui Program Kegiatan Lansia Tangguh Dalam Upaya Peningkatan Taraf Hidup (Studi Bina Keluarga Lansia Di Dusun Blendung, Desa Sumbersari, Kecamatan Moyudan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta). *Doctoral Dissertation, Universitas Gadjah Mada*.
- Nilamsari, N. (2014, Juni). MEMAHAMI STUDI DOKUMEN DALAM PENELITIAN KUALITATIF. *Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Prof. Dr. Moestopo*, (2).
- Ningrum, T. P., & Wati, D. K. K. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia (Studi Kasus : Kelurahan Sukamiskin Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2).
- Ningsih, R. W., & Setyowati, S. (2020, Juli). Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan*, 12(2).
- Nofitri. (2009). Gambaran Kualitas Hidup Penduduk Dewasa Di Jakarta.
- Novita, D. A., & Novitasari, R. (2017). The Relationship Between Social Support And Quality Of Life In Adolescent With Special Needs. *Psikodimensia*, 16(1), 40-48.
- Nurrohmi. (2020, Juni). Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Lansia. *REHSOS: Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 2(1).

- Okfrima, R., Yoda, E. P., & Fikri, H. T. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Nagari Paninjauan Kec. X Koto Diatas Kab. Solok. *Psyche 165 Journal*, 14(2).
- Okfrima, R., Yola, E. P., & Fikri, H. T. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Nagari Paninjauan Kec. X Koto Diatas Kab. Solok. *Psyche 165 Journal*, 14(2), 173-179.
- Pamungkas, M. R., & Kumaat, N. A. (2016, Oktober). Pengaruh Senam Bugar Terhadap Kualitas Hidup Lansia Usia 60 Tahun Keatas Di Posyandu Lansia Karang Werdha Kedurus Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 254-257.
- Pangestuti, B. (2019). UPAYA MEWUJUDKAN LANSIA TANGGUH MELALUI BINA KELUARGA LANSIA (STUDI DESKRIPTIF DI BKL KECUBUNG). *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 3(2).
- Pujaastawa, I. B. G. (2016, Juni). TEKNIK WAWANCARA DAN OBSERVASI UNTUK PENGUMPULAN BAHAN INFORMASI. *POGRAM STUDI ANTRROPOLOGI FAKULTAS SASTRA DAN BUDAYA UNIVERSITAS UDAYANA*.
- Puspitasari, R. B., & Arsiyah. (2015, September). Peran Pemerintah Dalam Pemberdayaan Lanjut Usia Di Kabupaten Sidoarjo. 3(2), 117-240.
- Rachmanti, F. D. (2017). Dukungan Sosial Terhadap Lansia Dalam Kegiatan Bina Keluarga Lansia (BKL) Mugi Waras Dusun Blendung Desa Sumbersari, Moyudan, Sleman. *Ilmu Pembangunan Sosial Dan Kesejahteraan*.
- Rahardjo, M. (2011). Etode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif. *Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.

- Rahmawati, I. (2014). Pengaruh Efektivitas Kepemimpinan Pengurus Terhadap Kinerja IPNU Dan IPPNU PAC Bawang Kabupaten Batang Periode 2013-2015. *Undergraduate (S1) Thesis, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.*
- Reed, P. (2021, December 15). *Physical Activity Is Good For The Mind And The Body - News & Events / Health.Gov*. Office Of Disease Prevention And Health Promotion. Retrieved June 16, 2024, From <Https://Health.Gov/News/202112/Physical-Activity-Good-Mind-And-Body>
- Rijali, A. (2018). ANALISIS DATA KUALITATIF. *Jurnal Alhadharah*, 17(33).
- Risqika, D. A., & Satlita, L. (2018). STRATEGI PEMBANGUNAN KELUARGA LANSIA TANGGUH OLEH BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DALAM MENGATASI JUMLAH LANSIA DI KOTA YOGYAKARTA. *Ournal Of Public Policy And Administration Research*, 3(3).
- Robinson, J. (2023, September 20). *Mental Health: How It Affects Your Physical Health*. Webmd. Retrieved June 16, 2024, From <Https://Www.Webmd.Com/Mental-Health/How-Does-Mental-Health-Affect-Physical-Health>
- Rohmah, A. I. N., Purwaningsih, & Bariyah, K. (2012, Juli). Kualitas Hidup Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Sajidah, N. A. (2018). Dukungan Sosial Pada Komunitas Angklung Di Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*.
- Sandriya, M. A. (2017). Strategi Mengelola Kelompok Bina Keluarga Lansia (BKL) Mugi Waras. *Universitas Gadjah Mada*.
- Saputri, C. D. O. (2017). Peran Bina Keluarga Lansia (BKL) Dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Melalui Kegiatan Taman Pendidikan Lansia (TPL).

- Saputro, G., Sumaryo, & Rangga, K. K. (2015). Pengembangan Dan Pemberdayaan Masyarakat : Konsep, Teori Dan Aplikasinya Di Era Otonomi Daerah. *Graha Ilmu*.
- Sari, D. A., Glena, V. P., & Pawiliyah. (2019, Desember). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Balai Pelayanan Dan Penyantunan Lanjut Usia Provinsi Bengkulu. *Jurnal SMART Keperawatan*, 6(2).
- Sari, N. (2015). Efektivitas Pelayanan Sosial Lansia Berbasis Komunitas Di Kawasan Perumahan Nasional Condongcatur, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Pembangunan Sosial Dan Kesejahteraan, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*.
- Setiawan, S. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang. *Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang*.
- Sevrita, I. E. (2019). Gambaran Faktor Penyebab Risiko Jatuh Pada Lansia Di Balai Pelanyanan Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Budi Luhur Kasongan Bantul. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Silfiyani, L. D. (2020). Literature Review : Hubungan Caring Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisa. *Universitas Muhammadiyah Semarang*.  
<Http://Repository.Unimus.Ac.Id/Id/Eprint/4484>
- Soeprajogo, M. P., & Ratnaningsih, N. (2016, Desember). *Perbandingan Dua Rata-Rata Uji T*. Perpustakaan RS Mata Cicendo. Retrieved August 7, 2024, From <Https://Perpustakaansmcicendo.Com/Wp-Content/Uploads/2020/07/Perbandingan-Dua-Rata-Rata-Uji-T.Magdalena-Purnama-Soeprajogo.Pdf>
- Suardiman. (2011). Psikologi Usia Lanjut. *Gajah Mada University Press*.

- Suharto, E. (2005). Embangun Masyarakat Memberdayakan Masyarakat : Kajian Strategis Pembangunan Kesejahteraan Sosial Dan Pekerjaan Sosial.Bandung. *PT. Refika Aditama*.
- Sukarelawan, D. M. I., Indratno, T. K., & Ayu, S. M. (Januari 2024). *N-Gain Vs Stacking*.
- Sukmadinata, N. S. (2006). Metode Penelitian Pendidikan.
- Sumartias, S., & Rahmat, A. (2013, Juli). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konflik Sosial. *Jurnal Penelitian Komunikasi*, 16(1).
- Sunartiningsih, A. (2004). Pemberdayaan Masyarakat Desa Melalui Institusi Lokal. *Aditya Media*.
- Supriani, A., Kiftiyah, & Rosyidah, N. N. (2021, Juni). Analisis Domain Kualitas Hidup Lansia Dalam Kesehatan Fisik Dan Psikologis. *Journals Of Ners Community*, 12(1), 59-67.
- Syafrida. (2014, Desember). Upaya Mengarahkan Lansia Menjadi SDM Yang Tangguh Di Bidang Profesional Vokasional. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 12(24).
- Tariustanti, D., Puspitaningtyas, Z., & Al Munawir. (2021). Efektivitas Bina Keluarga Lansia (BKL) Terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Multidisciplinary Journal*, 4(2).
- Uji Chi Square Dalam Penelitian Kuantitatif - Informatika Universitas Ciputra*. (2022, December 20). Informatika UC. Retrieved March 19, 2024, From <Https://Informatika.Uc.Ac.Id/2022/12/Uji-Chi-Square-Dalam-Penelitian-Kuantitatif/>
- Yeni, F. (2013). Hubungan Emosi Positif Dengan Kepuasan Hidup Pada Lanjut Usia (LANSIA) Di Kota Padang Provinsi Sumatera. *NERS JURNAL KEPERAWATAN*, 9(1).
- Yuniarti, A. M. (2019). Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Panti Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2019. *Undergraduate Theses Of Public Health*.
- Yusri, V., Febriyanti, Putri, P. D., Yolanda, Y., Andika, M., Mitayani, & Musharyadi, F. (2023). Gersang (Gerakan Sayang Lansia) Di Usia Senja Dikelurahan Lubuk Lintah. *Jurnal Abdimas Saintika*, 5(2).