



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT KEBAHAGIAAN PADA LANSIA DI RW 01 KEURAHAN BATUANGTABA KOTA PADANG

THE RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT WITH THE LEVEL OF HAPPINESS AMONG THE ELDERLY IN RW 01 KEURAHAN BATUANG TABA PADANG CITY

Salsabila Ramadhani¹, Gusti Sumarsih*², Dewi Murni³

^{1,2,3}Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

Email: gustisumarsih@nrs.unand.ac.id

ABSTRAK

Tingkat kebahagiaan pada lansia di Indonesia menjadi fokus utama karena seringkali lebih rendah dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Oleh karena itu, peran dukungan sosial sangat penting dalam mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan lansia, karena kebahagiaan di usia tua tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan fisik, tetapi juga lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan antara dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang pada tahun 2023. Metode penelitian menggunakan studi metode korelasi, dengan jumlah sampel 92 orang menggunakan metoda aksidental sampling. Penelitian dilaksanakan dari bulan Oktober hingga Maret 2023-2024. Data dikumpulkan melalui kuisioner OHQ (Oxford Happiness Questionnaire) untuk mengukur tingkat kebahagiaan dan MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) untuk menilai dukungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 59.8% responden memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang, sementara 40.2% mengindikasikan tingkat kebahagiaan yang tidak terlalu tinggi. Analisis bivariat menggunakan korelasi Pearson Product Moment menunjukkan hubungan yang sangat kuat dan signifikan ($p=0.000$, $r=0.803$) antara dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan pada lansia. Oleh karena itu, penting bagi keluarga, teman, dan kerabat lansia untuk meningkatkan dukungan sosial dalam berbagai aspek guna meningkatkan kebahagiaan lansia tersebut.

Kata Kunci : dukungan sosial, tingkat kebahagiaan, lansia

ABSTRACT

The level of happiness among the elderly in Indonesia became the primary focus because it often was lower compared to other age groups. Therefore, social support played a crucial role in achieving the well-being and happiness of the elderly, as happiness in old age was influenced not only by physical factors but also by their social environment. This research aimed to find the relationship between social support and happiness levels among the elderly in RW 01 Batuang Taba Village, Padang City in 2023. The research method used correlation study with a sample size of 92 people selected through accidental sampling method. The research was conducted from October to March 2023-2024. Data were collected using the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) to measure happiness levels and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to assess social support. The results of the study showed that 59.8% of respondents had moderate levels of social support, while 40.2% indicated relatively low levels of happiness. Bivariate analysis using Pearson Product Moment correlation showed a very strong and significant relationship ($p=0.000$, $r=0.803$) between social support and happiness levels among the elderly. Therefore, it was important for the families, friends, and relatives of the elderly to increase social support in various aspects to improve their happiness.

Keywords : social support, happiness level, elderly



PENDAHULUAN

Lansia yang merupakan kelompok orang yang mengalami proses penurunan daya kemampuan untuk hidup, secara resmi didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia (Andriani, 2022; L. Girsang, Potak et al., 2022). *World Health Organization* (WHO) mengategorikan lansia sebagai merekayang telah mengalami proses penuaan, sebuah fenomena yang menjadi semakin signifikan di Indonesia sejak tahun 2021 (Andriani, 2022). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia terus meningkat, mencapai 25,9 juta jiwa pada tahun 2019 dan diperkirakan akan terus bertambah hingga mencapai 48,2 juta jiwa pada tahun 2035 (Tanjung et al., 2023).

Program pemerintah seperti Rencana Aksi Nasional (RAN) tahun 2020-2024 dan Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) Kota Padang telah memberikan perhatian terhadap kesejahteraan lansia (R. Dewi et al., 2023). Namun, meningkatnya jumlah lansia juga membawa tantangan, termasuk perubahan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan mereka (Andriani, 2022). Kebahagiaan menjadi hal penting bagi lansia, karena memiliki dampak positif pada kesehatan fisik dan mental mereka (Fantazilu & Nurhayati, 2022). Hormon-hormon seperti dopamin, serotonin, oksitosin, dan endorfin, yang terkait dengan perasaan bahagia, dapat meningkatkan kesejahteraan dan menangkal berbagai penyakit (Fantazilu & Nurhayati, 2022). Namun, tingkat kebahagiaan lansia di Indonesia relatif rendah, dengan indeks kebahagiaan yang menduduki peringkat rendah di Asia Tenggara (Helliwell et al., 2023).

Dukungan sosial menjadi faktor penting yang mempengaruhi kebahagiaan

lansia. Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial, semakin tinggi tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia (Khuzaimah et al., 2021). Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, dan lingkungan sosial, dan memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia (Taylor dalam Al Amelia et al., 2022). Namun, ada tantangan dalam memberikan dukungan sosial kepada lansia, terutama bagi yang merasa terisolasi atau kurang didukung oleh keluarga dan lingkungan sekitarnya. Tidak adanya dukungan sosial yang memadai dapat meningkatkan risiko depresi dan bahkan bunuh diri pada lansia (Arofah & Sofro, 2022).

Berdasarkan fenomena dan teori serta penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang".

METODE PENELITIAN

Jenis dari penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan korelasi dan pendekatan *cross sectional study* dengan memaparkan dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2023, sedangkan korelasinya yaitu untuk melihat kekuatan dan arah hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2023 yang berjumlah 120 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik aksidental sampling dengan total sampel sebanyak 92 orang.

Instrumen yang dipakai untuk mengukur dukungan sosial dalam penelitian ini adalah *Mutidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS)

dikembangkan oleh Zimet 1988 dan sudah diadopsi ke bahasa Indonesia. *Mutidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* terdiri dari 12 pernyataan yang memiliki 3 domain yaitu *family* (keluarga), *friends* (teman), dan *significant others*. Skor untuk instrumen ini menggunakan skala likert dengan rentang skor berkisar antara 1 sampai 5 per masing masing pernyataan. Hasil ukur dukungan sosial dalam instrumen ini terdiri dari 3 kategori yaitu rendah (rendah (1-2,9) sedang (3-5), dan tinggi (5,1 - 7).

Untuk pengukuran tingkat kebahagiaan menggunakan instrumen *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* yang sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. *Oxford Happiness*

Questionnaire (OHQ) terdiri dari 29 pernyataan gabungan pernyataan favorable dan unfavorable yang memiliki 6 domain yaitu kepuasan dalam hidup, kegembiraan, harga diri, ketenangan, kontrol diri, dan efikasi diri. Skor untuk instrumen ini menggunakan skala likert dengan rentang skor berkisar 1 sampai 6 per masing masing pernyataan. Hasil ukur tingkat kebahagiaan dalam instrumen ini terdiri dari 7 kategori yaitu tidak bahagia (1-2), agak tidak bahagia (>2-3), tidak terlalu bahagia (>3-4), sedikit bahagia (4), cukup bahagia (>4-5), sangat bahagia (>5-6), terlalu bahagia (6). Analisis univariat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *correlation pearson product moment*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pekerjaan, dan pendidikan responden lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2024 (n=92)

No	Karakteristik	f	%
1	Umur		
	• 60-74	82	89.1%
	• 75-90	10	10.9%
	• >90	0	0
2	Jenis Kelamin		
	• Perempuan	47	48.9%
	• Laki-laki	45	51.1%
3	Pekerjaan		
	• Tidak bekerja/ibu rumah tangga	51	55.4%
	• Tani	6	6.5%
	• Berdagang	18	19.6%
	• Buruh	3	3.3%
	• Pensiunan/swasta	8	8.7%
	• Ternak	6	6.5%
4	Pendidikan		
	• Tidak sekolah/tidak tamat SD	7	7%
	• SD Sederajat	32	34.8%
	• SMP Sederajat	23	25%
	• SMA Sederajat	26	28.3%
	• Sarjana/lainnya	4	4.3%

Total	92	100%
--------------	-----------	-------------

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 92 responden sebagian besar responden (89.1%) berada pada rentang umur 60-74 tahun, lebih dari setengah berjenis

kelamin laki laki (51.1%), sebagian besar tidak bekerja atau hanya menjadi ibu rumah tangga (55.4%), dan pendidikan terbanyak yaitu SD (34.8 %).

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden terkait dengan dukungan sosial lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang dijelaskan dalam tabel di bawah ini.

No	Dukungan Sosial	f	100%
1	Rendah	16	17.4%
2	Sedang	55	59.8%
3	Tinggi	21	22.8%
Total		92	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 92 responden sebagian besar mendapatkan dukungan sosial dengan tingkatan sedang (59.8%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kebahagiaan pada responden lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2024 (n=92)

No	Tingkat Kebahagiaan	f	%
1	Agak tidak Bahagia	13	14.1%
2	Tidak terlalu Bahagia	37	40.2%
3	Cukup Bahagia	35	38.0%
4	sangat Bahagia	7	7.6%
Total		92	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa tingkat kebahagiaan 92 orang lansia bermacam-macam. Dari 92 responden, 40.2% tidak terlalu bahagia.

Tabel 4 Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2023

Variabel Independen	R	p	n
Dukungan Sosial	0,803	0,000	92
Variabel Dependen	R	p	n
Tingkat Kebahagiaan	0,803	0,000	92

Berdasarkan uji statistik *Correlation Pearson Product Moment* pada tabel 4 di atas diperoleh nilai $p = 0,000$. Oleh karena, p -value bernilai $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan,

dengan nilai $r = 0,803$ yang artinya hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan kuat dan positif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan.



PEMBAHASAN

Dukungan sosial

Penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti terkait Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Tabakota Padang Tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia, sekitar 59.8%, memiliki dukungan sosial dengan kategori sedang. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yulia (2021) di Kota Batam yang menemukan bahwa lebih dari setengah lansia (84.27%) mendapatkan dukungan sosial dengan kategori sedang. Dukungan sosial, seperti yang dikemukakan oleh Zimet et al., meliputi dukungan dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat lainnya. Dukungan ini tidak hanya bersifat emosional tetapi juga materiil, yang membantu individu dalam mengatasi masalah dan stres sehari-hari.

Hasil kuisioner menggunakan *Multidimensional Perceived Social Support* (MSPSS) menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menerima dukungan dari keluarga (69.71%), diikuti oleh significant others (62.64%), dan teman (47.96%). Lansia merasa bahwa keluarga memberikan dukungan emosional dan materiil yang cukup, seperti membantu dalam pengobatan dan memecahkan masalah sehari-hari. Faktor lingkungan keluarga memainkan peran penting dalam menyediakan dukungan sosial bagi lansia. Lansia yang tinggal bersama keluarga, terutama anak dan cucu, cenderung merasa lebih terbantu dan nyaman. Namun, keterbatasan dalam interaksi dengan keluarga, terutama ketika anak-anak sibuk dengan urusan mereka sendiri, dapat menyebabkan perasaan kesepian dan kurangnya dukungan bagi lansia.

Fase kehidupan lansia, khususnya fase awal (umur 60-74 tahun), menunjukkan bahwa mereka membutuhkan dukungan sosial lebih dari sebelumnya. Dukungan sosial, baik dari keluarga maupun orang lain, sangat penting bagi kesejahteraan mental dan fisik lansia. Namun, tidak semua lansia menerima dukungan sosial yang memadai. Beberapa lansia menghadapi kesulitan dalam mendapatkan dukungan dari lingkungan

sekitar, terutama dari teman. Tingkat pendidikan yang rendah, seperti lansia dengan pendidikan hanya sampai SD sederajat, dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengatur emosi dan menghadapi tekanan.

Dengan demikian, penting untuk memahami bahwa dukungan sosial, terutama dari keluarga dan lingkungan sekitar, memainkan peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan lansia. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian lebih dalam memberikan dukungan sosial kepada lansia, terutama bagi mereka yang berada dalam fase awal kehidupan lansia dan yang menghadapi kesulitan dalam mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar.

Tingkat Kebahagiaan

Penelitian yang dilakukan mengenai tingkat kebahagiaan lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Tabakota Padang ditemukan bahwa dari 92 responden, variasi tingkat kebahagiaan lansia sangat bervariasi. Dalam kategori ini, sebanyak 40,2% responden merasa tidak terlalu bahagia, menunjukkan bahwa hampir setengah dari lansia memiliki tingkat kebahagiaan yang kurang memuaskan. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Andrianni (2022) di Desa Bugangan Kabupaten Pekalongan.

Pengukuran tingkat kebahagiaan lansia menggunakan instrumen *Oxford Happiness Quissionnaire* (OHQ), yang mencakup 6 aspek pembentuk kebahagiaan, termasuk kepuasan hidup, kegembiraan, harga diri, pengendalian diri, ketenangan, dan efikasi diri. Hasil kuisioner OHQ menunjukkan bahwa lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Tabakota memiliki kepuasan hidup yang baik. Mereka merasa bahagia karena faktor seperti kehadiran keluarga dan lingkungan yang positif. Lansia juga menunjukkan kegembiraan dalam berkumpul dengan orang lain, terutama keluarga dan teman-teman dekat. Perempuan cenderung lebih ekspresif dalam mengekspresikan emosi negatif, yang dapat berkontribusi pada tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan lansia laki-laki.

Selain itu, lansia yang masih bekerja cenderung merasa bahagia karena memiliki aktivitas yang memenuhi hari-hari mereka, meskipun beberapa darimereka menghadapi tekanan ekonomi. Namun, bagi sebagian lansia, kesehatan yang menurun dan keterbatasan fisik dapat menjadi hambatan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar berperan penting dalam meningkatkan tingkat kebahagiaan lansia. Lansia yang mendapatkan dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Dalam konteks ini, penting bagi masyarakat dan pemerintah untuk memperhatikan perlunya dukungan sosial yang lebih baik bagi lansia, terutama yang menghadapi kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, dapat meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan lansia secara keseluruhan.

Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang

Hasil analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang tahun 2023 ($p\text{-value} = 0,000$). Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya oleh Khuzaimah et al. (2021), yang menegaskan pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan tingkat kebahagiaan lansia. Dukungan sosial yang rendah dapat meningkatkan risiko ketidakbahagiaan, sementara dukungan sosial yang tinggi dapat menyumbang pada kebahagiaan lansia.

Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,803 menunjukkan korelasi positif yang sangat kuat antara dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan lansia. Semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa persentase pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kebahagiaan lansia sebesar 64.5%, sedangkan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini juga

mempengaruhi tingkat kebahagiaan lansia.

Meskipun demikian, tingkat kebahagiaan lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba masih berada pada tingkatan tidak terlalu bahagia. Hal ini mengisyaratkan perlunya upaya untuk mencegah penurunan lebih lanjut ketingkatan kebahagiaan yang lebih rendah, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan dan kualitas hidup lansia. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui *Reminiscence Therapy*, sebuah terapi yang bertujuan mengurangi stres dan meningkatkan kebahagiaan lansia dengan mengenang memori yang menyenangkan dari masa lalu. Penelitian oleh Ilham et al. (2020) menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam menurunkan tingkat stres pada lansia.

Dengan demikian, upaya untuk meningkatkan dukungan sosial dan melaksanakan terapi seperti *Reminiscence Therapy* dapat menjadi langkah yang efektif dalam meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba dan di tempat-tempat lainnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang Tahun 2023 didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial sedang yaitu sebanyak 55 responden (59.8%), sebagian besar responden mengalami tingkat kebahagiaan di tingkatan tidak terlalu bahagia sebanyak 37 responden (40.2%), dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan dengan $p\text{-value} = 0,000$ dengan arah korelasi positif dan kekuatan korelasi sangat kuat ($r=0,803$).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan tingkat kebahagiaan lansia adalah melalui *Reminiscence Therapy*, sebuah terapi yang bertujuan mengurangi stres dan meningkatkan kebahagiaan lansia dengan mengenang memori yang menyenangkan dari masa lalu. Penelitian oleh Ilham et al. (2020) menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam menurunkan tingkat stres pada lansia



DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). *Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif*. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://jurnal.itscience.org/index.php/jpsk/article/view/1955>
- afrizal. (2018). Permasalahan yang dialami lansia dalam menyesuaikan. *Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 91–100. <http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JBK/article/view/46210>
- Al Amelia, S. D., Nainggolan, E. E., Pratikto, H., & Psikologi, F. (2022). Dukungan sosial dan *subjective well-being* pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 58–66. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/481> <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/48>
- Aliyah, P. N., & Sulisworo Kusdiyati. (2021). Pengaruh Perceived Social Support terhadap Psychological Distress pada Remaja SMA di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 59–68. <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRP/article/view/226>
- Andriani, L. (2022). Gambaran tingkat kebahagiaan pada lansia yang tinggal di komunitas. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2), 1–10. <https://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Ariska, D., Situmorang, N. Z., Hanif, M., & Sulistiawan, A. (2020). Makna kebahagiaan pada mahasiswa perempuan di era millennials. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 66. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/6290/4788>
- Arofah, F., & Sofro, A. (2022). Penerapan regresi logistik multinomial untuk analisis model tingkat depresi pada lansia. *MATHunesa: Jurnal Ilmiah Matematika*, 10(1), 84–93. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/mathunesa/article/view/44658>
- Assa, R. K., Hutauruk, M., & Natalia, A. (2020). Hubungan *spouseless* dengan *self esteem* pada lansia di desa ritey kecamatan amurangtimur kabupaten minahasasalatan. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 72. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/32323>
- Astriwardhany, I., & Purnamasari, A. (2021). Dukungan sosial dan *subjective well-being* pada purnawirawan TNI. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 4(1), 30. <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/20438>
- Suchaini, Udin. Pratama, Wahyu. (2021). *Indeks Kebahagiaan 2021 A*. Jakarta: Badan pusat statistik RI. Badan Pusat Statistik Indonesia. (2022). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Sumatera Barat (Jiwa), 2020-2022*.
- Beygi, Z., Solhi, M., Irandoost, S. F., & Hoseini, A. F. (2023). *The relationship between social support and happiness in older adults referred to health centers in Zarrin Shahr, Iran*. *Heliyon*, 9(9), e19529. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37810085/>
- BPS Jawa Tengah. (2020). Berita Resmi Statistik. *Bps.Go.Id*, 19(27), 1–8.
- Damanik, S. M., & Hasian. (2019). Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik. *Universitas Kristen Indonesia*, 26–127. <http://repository.uki.ac.id/2742/>
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(1), 54. <http://journal.uad.ac.id/index.php/Psikologi/article/view/15129>
- Dewi, R., Asih, G. Y., & Nawangsih, S. K. (2023). Pengembangan Kesejahteraan Lansia Rw19 Sendangmulyo – Semarang. *Jurnal pengabdian masyarakat*, 5(1), 1–7. <https://journals.usm.ac.id/index.php/tematik/article/view/6255>



- Ekawardhani, N. P., Mar'at, S., & Sahrani, R. (2019). Peran *self-esteem* dan *self-forgiveness* sebagai prediktor *subjective well-being* pada perempuan dewasa muda. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(1), 71. <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/3538>
- Fantazilu, I. F., & Nurchayati. (2022). Everyone deserves to be happy: studi fenomenologi tentang kebahagiaan pada orang miskin kota. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 65–78. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47349>
- Firdaus, W., & Adel, B. (2023). Urgensi dukungan sosial dalam mengatasi kesepianlansia di panti asuhan jompo yayasan kasih sayang lestari prima pangkalpinang provinsi kepulauan bangka belitung. 3(1), 13–23. <https://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/counselle/article/download/2225/1409/>
- Handayani, N. S. (2021). Kebahagiaan: studi pengaruh dukungan sosial padawanita pekerja yang mengalami bekerja dari rumah (*work from home*) dampak wabah covid-19. *Ug Jurnal*, 5(3), 22–32. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/ugjournal/article/view/3936>
- Hardani et al. (2022). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. Mataram: CV Pustaka Ilmu Group
- Hariyanto, J. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di surabaya. *Psychopreneur journal*. 1(1). <https://journal.uc.ac.id/index.php/psy/article/view/361>
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2023). *The happiness agenda: the next 10 years*. *World Happiness Report*, 166. <https://worldhappiness.report/ed/2023/the-happiness-agenda-the-next-10-year/>
- Hidayah, S. (2018). Dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia yang tinggal di uptd panti sosial. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 334–340. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikon eo/article/view/4091>
- Husna, F., & Assagaf, J. (2023). Filsafat moral dan islam: ekspresi kebahagiaan individu pada jejaring sosial media. *Jurnal Riset Rumpun Agama Dan Filsafat (JURRAFI)*, 2(1). <https://prin.or.id/index.php/JURRAFI/article/view/991>
- Ilham, R., Ibrahim, S. A., & Igirisa, M. D. P. (2020). Pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat stres pada lansia di panti sosial tresna werdha. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(1), 12–23. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jjhstr/article/view/4349>
- Indati, A., Adiyanti, M. G., & Ramdhani, N. (2019). Peran *wisdom* terhadap *life satisfaction* pada lansia. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 60. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop/article/view/47176>
- Julia, A., Ayub, D., & Alvi, R. R. (2023). Pengasuhan keluarga terhadap aktivitas keseharian lanjut usia di rumah. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, 1(1), 83–86. <https://rayyanjournal.com/index.php/jetish/article/view/57>
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami *toxic relationship* dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103. <https://ejournal.uinsuka.ac.id/isoshum/PI/article/view/206>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Kholifah, Nur, Siti. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta : Pusdik SDM Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia



- Kesehatan
- Khuzaimah, U., Anggraini, Y., Rusyda Hinduan, Z., Agustiani, H., & Prathama Siswadi, A. G. (2021). Dukungan sosial dan kebahagiaan lansia penghuni panti sosial di medan. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 121–142. <https://journal.uui.ac.id/Psikologika/article/view/16752>
- Kirana, A., & Agustini, A. (2018). Dukungan Sosial guru dalam upaya membimbing kemandirian anak moderate *intellectual disability*. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11 (2), 21–40. <https://journal.untar.ac.id/index.php/provitae/article/view/2757/1691>
- Kusumawardani, D., & Andanawarih, P. (2018). Peran posyandu lansia terhadap kesehatan lansia di perumahan bina griya indah kota pekalongan. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1), 273–277. <https://ejournal.poltekharber.ac.id/index.php/siklus/article/view/748>
- L. Girsang, Potak. (2022). Statistik penduduk lanjut usia 2022. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Laela, F., & Laksmiwati, H. (2021). Hubungan antara *forgiveness* dan *happiness* pada komunitas konselor motivator. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 10–16. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41665>
- Madanih, R. (2020). Pengaruh keagamaan terhadap kepuasan hidup lansia di jakarta. *Journal of Social Work and Social Services*, 1(1), 59–68. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/khidmatsosial/article/download/6339/4109>
- Oktavia, O., Pardosi, S., Buston, E., Riyadi, A., & Nugroho, N. (2022). Pengaruh *reminiscence therapy* terhadap penurunan tingkat stress pada lansia di pantisocial tresna werdha (pstw). *Jurnal Mitra Rafflesia*, 14(8.5.2017), 2003–2005. <https://www.jurnal.stikesbhaktihusada.ac.id/index.php/MR/article/view/134-143>
- Putri, D. eka. (2021). Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *Journal Inovasi Penelitian*, 2. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/835>
- Rahman, A., & Seltris Wongkaren, T. (2022). Pengaruh modal sosial terhadap kebahagiaan generasi *sandwich* di Indonesia *The effect of social capital on the happiness of the sandwich generation in Indonesia*. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(2), 2022. <https://ejournal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/download/675/pdf>
- Samputri, S. K., & Sakti, H. (2018). Dukungan sosial dan *subjective well being* pada tenaga kerja wanita pt.arni family ungaran. *Jurnal Empati*, 4(4), 208–216. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14321>
- Sri, S. (2018). penguatan dukungan sosial keluarga melalui kelompok home sharing dalam penanganan anak korban kekerasan seksual di kampung tajurhalang kabupaten cianjur prov. jawa barat. *Pekerjaan Sosial*, 17(1), 78–103. <https://jurnal.poltekesos.ac.id/index.php/peksos/article/view/130>
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep populasi dan *sampling* serta pemilihan partisipan ditinjau dari penelitian ilmiah pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan/article/view/55>
- Takwin, B. (2018). Hubungan antara kepribadian dan kebahagiaan dengan harga diri sebagai mediator *self-esteem as mediator of the relationship between personality and happiness*. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 9(1), 17–26. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/view/3041>
- Tanjung, A. I., Mardiono, S., & Saputra, A. U. (2023). Pendidikan kesehatan senam



- bugar dalam perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di rsud kayuagungtahun 2023. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4), 43–46. <https://jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id/index.php/NJPC/article/view/412>
- Tarigan, M. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan subjective well-being pada remaja yang memiliki orangtua tunggal. *Jurnal Diversita*, 4(1), 1. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/diversita/article/view/1565>
- Tuwu, D., & La Tarifu. (2023). Implementasi program posyandu lansia untuk menjaga kesehatan lanjut usia. *Journal Publicuho*, 6(1), 20–29. <https://journalpublicuho.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/72>
- Usman, J. (2018). Konsep kebahagian martin seligman. *Rausyan Fikr: Jurnal Studi Ilmu Ushuluddin Dan Filsafat*, 13(2), 359–374. https://www.researchgate.net/publication/334983253_KONSEP_KEBAHAGIAN_MARTIN_SELIGMAN
- Yaslina, Y., Maidaliza, M., & Srimutia, R. (2021). Aspek fisik dan psikososial terhadap status fungsional pada lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 68–73. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/724>
- Yuly Abdi Zainurridha, Nurcholisa Aulia Sakinah, A. A. A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan kognitif lansia. *Jurnal penelitian kesehatan suara forikes*. 12 (3), 287–289. <https://forikesejournal.com/index.php/SF/article/view/sf1>