

*NASKAH PUBLIKASI*

**HUBUNGAN *SELF CARE* DENGAN PENINGKATAN KUALITAS HIDUP LANSIA  
DI DUSUN KEMBANG DESA WONOKERTO  
KECAMATAN TURI KABUPATEN SLEMAN  
YOGYAKARTA**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mempeoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:

Maryati Fatukaloba

KP.17.01.250

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

**2021**



**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN *SELF CARE* DENGAN PENINGKATAN KUALITAS HIDUP  
LANSIA DI DUSUN KEMBANG DESA WONOKERTO KECAMATAN TURI  
KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA**

**Disusun Oleh:**

Maryati fatukaloba  
KP.17.01.250

**Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal**

**Susunan Dewan Penguji**

**Penguji I**

Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns., M.Kep

**Penguji II**

Nasiatul Aisyah Salim, S.K.M., M.P.H

**Penguji III**

Fransiska Totto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes

**Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan**

**Yogyakarta, .....**

**Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners**



Ika Mustika Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep





## PERNYATAAN

**Nama :** Maryati Fatukaloba

**Judul :** Hubungan *Self Care* Dengan Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta,

Pembimbing Utama,

Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing Pendamping,

Nasiatul Aisyah Salim, S.K.M., M.P.H



# HUBUNGAN *SELF CARE* DENGAN PENINGKATAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DUSUN KEMBANG DESA WONOKERTO KECAMATAN TURI KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA

Maryati Fatukaloba<sup>1</sup>, Antok Nurwidi Antara<sup>2</sup>, Nasiatul Aisyah Salim<sup>3</sup>

Program Studi Keperawatan (S1) Dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Wira Husada  
Yogyakarta

Jl Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Caturtunggal, Kec.Depok,Kab.Sleman,DIY.

\*email : [maryatifatukaloba@gmail.com](mailto:maryatifatukaloba@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang:** Pertumbuhan penduduk lansia terus mengalami peningkatan. Namun, adanya proses menua pada lansia menyebabkan penurunan baik fisik, prikososial, status fungsional maupun kognitif yang akan berdampak pada aspek kehidupan baik sosial, ekonomi dan terutama kesehatan yang mana nantinya akan menentukan pada *self care* dengan kualitas hidup lansia itu sendiri. Salah satu faktor penyebab lansia membutuhkan *self care* yaitu lansia diantaranya yang tinggal sendiri dan kebutuhan istirahat dan tidur kurang karena kesibukan dalam berkeburun.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan *self care* dengan peningkatan kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *observasional analitik*, rancangan yang digunakan yaitu *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 85 responden dengan teknik pengambilan sampel total populasi.

**Hasil:** Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *spearman rank*.

Uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai signifikan sebesar ( $P=0,009 < 0,05$ ), sehingga ada hubungan antara *self care* dengan kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta.

**Kesimpulan:** Diketahui bahwa hasil uji *spearman rank* nilai  $p = 0,009$  ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis penelitian dapat diterima, artinya ada hubungan antara *self care* dengan kualitas hidup lansia, dengan koefisien korelasi sebesar 0,283 yaitu kekuatan korelasi masuk dalam kategori cukup yang berarti terdapat hubungan yang positif dan hubungan kedua variable searah artinya semakin ditingkatkan *self care* maka kualitas hidup juga akan meningkat.

**Kata kunci:** *self care*, kualitas hidup lansia.

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP OF *SELF CARE* WITH INCREASING QUALITY OF  
LIFE IN THE KEMBANG hamlet, WONOKERTO VILLAGE,  
TURI DISTRICT, SLEMAN REGENCY,  
YOGYAKARTA**

Maryati Fatukaloba<sup>1</sup>, Antok Nurwidi Antara<sup>2</sup>, Nasiatul Aisyah Salim<sup>3</sup>

Nursing Study Program (S1) and Nursing School of Nursing Wira Husada School of Nursing  
, Glendong,, Tambak Bayan, Caturtunggal, Kec. Depok, Kab. Sleman, DIY.

\*email : [maryatifatukaloba@gmail.com](mailto:maryatifatukaloba@gmail.com)

**Abstract**

**Background:** The growth of the elderly population continues to increase. However, the aging process in the elderly causes a decrease in physical, psychosocial, functional and cognitive status which will have an impact on aspects of life, both social, economic and especially health which will determine *self-care* with the quality of life of the elderly themselves. One of the factors that cause the elderly to need *self-care*, namely the elderly who live alone and the need for rest and sleep is lacking due to busyness in gardening.

**Research Objectives:** To determine the relationship between *self care* and improving the quality of life of the elderly in Kembang Hamlet, Wonokerto Village, Turi District, Sleman Regency, Yogyakarta.

**Research Methods:** This research is a quantitative research with *analytical observational method*, the design used is *cross sectional*. The population in this study amounted to 85 respondents with a total population sampling technique.

**Results:** Analysis of the data used in this study is the test *Spearman rank*.

The test *Spearman Rank* showed a significant value of ( $P= 0.009 < 0.05$ ), so there was a relationship between *self care* and the quality of life of the elderly in Kembang Hamlet, Wonokerto Village, Turi District, Sleman Regency, Yogyakarta.

**Conclusion:** It is known that the test results *Spearman rank* value  $p = 0.009$  ( $p < 0.05$ ), so the research hypothesis can be accepted, meaning that there is a relationship between *self care* and the quality of life of the elderly, with a correlation coefficient of 0.283, namely the strength of the correlation is in the sufficient category, which means there is a positive relationship and the relationship between the two variables is unidirectional, meaning that the more is increased *self-care*, the quality of life will also increase.

**Keywords:** *self care*, quality of life of the elderly.

<sup>1</sup>Student of Nursing Science Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan.<sup>1</sup> Perkembangan jumlah penduduk lanjut usia di dunia menurut WHO sampai tahun 2050 akan meningkat kurang lebih 600 juta menjadi 2 milyar lansia, dan wilayah Asia merupakan wilayah yang paling banyak mengalami perubahan komposisi penduduk, dan sekitar 25 tahun kedepan populasi lansia akan bertambah sekitar 82%.<sup>2</sup>

Masalah-masalah yang sering terjadi pada lansia yaitu penurunan kemampuan fisik sehingga kekuatan fisik berkurang, aktivitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan yang menyebabkan kehilangan semangat. Pengaruh dari semua itu, lansia merasa dirinya tidak berharga lagi atau kurang di hargai.<sup>3</sup> Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara faktor kesehatan fisik, faktor psikologi/spiritual, faktor hubungan sosial dan ekonomi, dan faktor keluarga dengan kualitas hidup lansia. Faktor kesehatan fisik merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia. Perubahan kualitas hidup yang terjadi pada lansia disebabkan penurunan kondisi fisik antara lain mudah lelah, berkeringat, mengalami gangguan tidur atau kualitas tidur, kecemasan, pusing, mudah tersinggung, dan minder bergaul dengan lingkungan sekitarnya.<sup>4</sup>

Lansia cenderung mengalami penurunan perawatan diri (*Self care*) karena terdapat penurunan kesehatan fisik dan psikis. Selain itu, sistem biologis lansia mengalami perubahan struktur dan fungsi yang ditandai empat tahap diantaranya kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan, dan keterhambatan. Pemenuhan akan perawatan diri lansia ada hubungannya dengan tempat tinggal.

Lansia yang tinggal bersama dengan keluarga cenderung bebas dan mandiri. Berbeda dengan lansia yang tinggal di Panti, kebutuhan akan perawatan diri lebih terpenuhi terkait dengan faktor eksternalnya. Namun, pemenuhan tersebut terkadang memunculkan kondisi ketergantungan pada orang lain.<sup>5</sup>

adalah provinsi DI Yogyakarta 12,48 %; Jawa Timur 9,34 %; Jawa Tengah 9,29 %; Bali 8,77 %; Jawa Barat 7,09 %. Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Yogyakarta Daerah Istimewah Yogyakarta, jumlah Lansia tahun 2019 sebanyak 1.288.184 jiwa, yaitu Kabupaten Sleman menduduki peringkat pertama dengan jumlah 363.453 jiwa, kemudian disusul Kabupaten Bantul dengan jumlah 327.809 jiwa, Kabupaten Gunung Kidul dengan jumlah 296.129 jiwa, Kabupaten Kulonprogo dengan jumlah 167.980 jiwa, dan terendah kota Yogyakarta dengan jumlah lansia 132.813 jiwa.<sup>6</sup>

Tabel 1.

Jumlah Lansia Per Puskesmas di Kabupaten Sleman tahun 2019.

No	Nama Puskesmas	Jumlah Lansia
1	Puskesmas Turi	8.501
2	Puskesmas Kalasan	8.013
3	Puskesmas Seyegan	7.974
4	Puskesmas Sleman	7.685
5	Puskesmas Ngaglik I	6.971
Jumlah		39.144

Sumber: Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman (2020)

Tabel 1. Menjelaskan bahwa 5 besar Puskesmas dengan jumlah lansia terbanyak berada di Puskesmas Turi diikuti Puskesmas Kalasan, Puskesmas Seyegan, Puskesmas Sleman dan Puskesmas Ngaglik I.

Berdasarkan data dari Puskesmas Turi Tahun 2020, terdapat 41 Dusun. Adapun lima besar Dusun dengan jumlah lansia tertinggi berada di Dusun Kembang sebanyak 85 lansia, Dusun Manggungsari sebanyak 83 lansia, Dusun Kloposawit

sebanyak 82 lansia, Dusun Bandaran sebanyak 81 lansia, Dusun Gondoarum sebanyak 81 lansia.

Tabel 2.

Tingkat Kemandirin Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Turi Tahun 2020

No	Dusun	Jumlah Tingkat Kemandirian			Total
		Mandiri	Tergantung Sebagian	Tergantung Semua	
1	Kembang	73	9	3	85
2	Manggungsari	75	7	1	83
3	Kloposawit	79	1	2	82
4	Bandaran	76	5	0	81
5	Gondoarum	73	6	2	81
Jumlah		376	28	8	412

Sumber: Puskesmas Turi,2020

Tabel 2. Menjelaskan bahwa Jumlah lansia terbanyak di wilayah kerja Puskesmas Turi tahun 2020 adalah Dusun Kembang dengan tingkat kemandirian mandiri sebanyak 73 lansia, tergantung sebagian sebanyak 9 lansia dan tergantung semua sebanyak 3 lansia.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 29 Desember 2020 di Dusun Kembang, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, jumlah lansia sebanyak 85 jiwa dengan kriteria usia 60-69 sebanyak 43 jiwa dan usia lebih dari 70 tahun sebanyak 42 jiwa. Kegiatan yang biasa dilakukan lansia di Dusun Kembang adalah kegiatan posyandu lansia. Hasil wawancara dengan petugas Puskesmas Turi bagian data lansia merekomendasikan Dusun Kembang untuk dilakukan penelitian ini karena lansia yang hidupnya sendiri di Dusun Kembang untuk kebersihan diri secara mandiri masih sangat kurang yaitu 12 lansia yang membutuhkan *self care* dan 3 lansia di antaranya yang hanya tinggal sendiri, adapun lansia yang datang ke Puskesmas banyak di bantu yaitu 70 responden karena tidak mampu jalan sendiri.

Dari hasil wawancara dengan Kader Dusun Kembang menjelaskan bahwa sebagian besar lansia tidak pergi ke posyandu karena kesibukan berkebun dan kelemahan fisik sehingga jarang mengikuti kegiatan-kegiatan dan bersosialisasi. Kualitas hidup lansia berdasarkan dimensi kesehatan fisik di Dusun kembang dalam memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur kurang karena kesibukan dalam berkebun.<sup>7</sup>

Sesuai dengan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan *Self Care* Dengan Kualitas Hidup Lansia di Dusun Kembang, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman Yogyakarta”.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *observasional analitik* dengan desain penelitian *cross sectional* yaitu peneliti mengobservasi adanya hubungan antara *self care* dengan kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta. Penelitian *observasional analitik* adalah tidak ada perlakuan terhadap subjek penelitian dan melakukan analisis terhadap hubungan antara dua variabel atau lebih. Desain penelitian *cross sectional* yaitu bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel dimana variabel independen dan variabel dependen diidentifikasi pada satu satuan waktu.<sup>8</sup>

## **HASIL**

Analisa univariat pada penelitian ini mendiskripsikan tentang karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, tinggal bersama anak, masih memiliki suami/istri, riwayat penyakit dalam bentuk distribusi frekuensi. Hasil penelitian tentang karakteristik responden dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 6.  
Karakteristik responden di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi  
Kabupaten Sleman Yogyakarta

No	Karakteristik	N	%	
1	Usia	60 – 70 tahun	56	65,9
		71 – 90 tahun	28	32,9
		>90 tahun	1	1,2
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	45	52,9
		Perempuan	40	47,1
3	Pendidikan	SD	38	44,7
		SMP	15	17,6
		SMA	24	28,2
		S1	8	9,4
4	Tinggal bersama Anak	Ya	72	84,7
		Tidak	13	15,3
5	Masih Memiliki Suami/Istri	Ya	63	74,1
		Tidak	22	25,9
6	Riwayat Penyakit	Tidak Ada	22	25,2
		Hipertensi	35	41,2
		Diabetes Melitus	5	5,9
		Stroke	8	9,4
		Asma	6	7,1
		Paru-paru	1	1,2
		Fraktur	1	1,2
		Jantung	1	1,2
		Lambung	1	1,2
		Kolesterol	1	1,2
		Saraf	1	1,2
		Rematik	1	1,2
Ginjal	1	1,2		
Chepalgia	1	1,2		
Total		85	100	

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 6. menjelaskan bahwa 65,9 % responden berusia 60-70 tahun, 52,9 % berjenis kelamin laki-laki, 44,7 % berpendidikan SD, 84,7 %

responden tinggal bersama anak, 74,1 % masih memiliki istri/suami, dan 41,2 % responden memiliki riwayat penyakit hipertensi.

## 1. Analisa Univariat

### a. *Self Care*

Tabel 7.  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Care* responden di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta  
Juni 2021

Kategori <i>Self Care</i>	N	%
Mandiri	79	92.9
Tergantung Sebagian	69	81.2
Tergantung Semua	15	17.6
Total	85	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan data pada tabel 7, diketahui dari 85 responden di Dusun Kembang Desa Wonokerto, di dapatkan presentase *self care* pada kategori mandiri sebanyak 79 orang (92.9%), kategori tergantung sebagian sebanyak 69 orang (81.9%), dan sedangkang pada kategori tergantung semua sebanyak 15 orang (17.6%), sehingga di dapatkan rata-rata lansia pada mandiri di dusun kembang desa wonokerto.

### b. Kualitas Hidup Lansia

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kualitas hidup lansia dengan kategori baik dan tidak baik. Distribusi kualitas hidup lansia dapat di lihat pada berikut ini :

Tabel 8.  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Hidup Lansia  
Responden di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi  
Kabupaten Sleman Yogyakarta  
Juni 2021

Kategori	N	%
Tidak Baik	19	22,4
Baik	66	77,6
Total	85	100.0

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan pada tabel 8, diketahui dari 85 responden di dusun kembang desa wonokerto, didapatkan presentase kualitas hidup lansia pada kategori baik sebanyak 66 orang (77,6%), dan sedangkan kategori tidak baik sebanyak 19 orang (22,4%), sehingga didapatkan rata-rata kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto berada pada kategori baik.

### 1. Analisa Bivariat

Uji hubungan antara *self care* terhadap kualitas hidup lansia.

Untuk mengetahui tingkat hubungan antara *self care* terhadap kualitas hidup lansia, dalam penelitian ini digunakan analisis korelasi *spearman rank* karena peneliti menggunakan skala ordinal dengan taraf signifikan 0,05. Adapun seperti tabel di bawah ini :

Tabel 9.  
Hubungan *Self Care* Dengan Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Di Dusun  
Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta

<i>Self Care</i>	Kualitas Hidup		Total	Koefisien Korelasi	Sig
	Tidak Baik	Baik			
Tergantung Semua	2	0	15	0,283	0,009
Tergantung Sebagian	3	4	69		
Mandiri	14	62	79		
Total	19	66	85		

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan data pada tabel 9, dapat diketahui bahwa hasil uji *spearman rank* nilai  $p = 0,009$  ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis penelitian dapat diterima, artinya ada hubungan antara *self care* dengan kualitas hidup lansia, dengan koefisien korelasi sebesar 0,283 yaitu kekuatan korelasi masuk dalam kategori cukup yang berarti terdapat hubungan yang positif dan hubungan kedua variable searah artinya semakin ditingkatkan *self care* maka kualitas hidup juga akan meningkat.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Self Care**

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 92,9 % responden memiliki kemampuan *self care* secara mandiri. Hal ini dikarenakan pada penelitian ini sebanyak 79 lansia yang memiliki *self care* secara mandiri berdasarkan kategori makan yaitu responden dilakukan secara mandiri tanpa bantuan orang lain selain itu lansia yang berusia 70 tahun keatas masih dapat beraktivitas sehari-hari yaitu berkebun untuk memenuhi kebutuhan mereka baik itu lansia yang tinggal bersama keluarga maupun yang tinggal sendiri, hal ini dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat *self care* lansia di dusun kembang dalam kategori mandiri. Sedangkan berdasarkan tergantung sebagian dan tergantung semua dapat dilihat pada kategori naik turun tangga 81,2% responden yang masih di bantu yaitu 69 lansia, dan tergantung semua 17,6% yang di bantu oleh anak dan pasangan suami/istri yang masih hidup yaitu 15 lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa hanya sedikit lansia yang tinggal sendiri (1,5%), diikuti oleh yang tinggal dengan anak (3,3%), tinggal dengan menantu (5%), tinggal dengan suami/istri dan anak (29,8%), dan penduduk lansia yang tinggal dengan pasangannya ada (18,8%), sehingga

kebutuhan *self care* yang didapat dari anak dan suami/istri dapat dilakukan secara maksimal, sehingga semakin di tingkatkan *self care* maka kualitas hidup juga akan meningkat.<sup>9</sup>

## **2. Kualitas Hidup**

Berdasarkan hasil penelitian ini, menjelaskan 77,6 % responden memiliki kualitas hidup yang baik berdasarkan faktor lingkungan. Hal ini dikarenakan 50% responden yang memiliki kualitas hidup baik bertempat tinggal bersama anaknya. Selain itu yang memiliki kualitas hidup baik masih memiliki pasangan (suami/istri) yang hidup. Sehingga responden bisa mendapatkan kualitas hidup secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian ini dengan uji *spearman rank* menunjukkan bahwa nilai  $p=0,009$  berarti ada hubungan yang signifikan antara *self care* dengan kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta. Adapun koefisien korelasi sebesar 0,283 yaitu kekuatan korelasi kategori cukup sehingga ada 0,717 dari variabel lain yang kuat berhubungan dengan kualitas hidup seperti dukungan keluarga.

Dukungan keluarga merupakan unsur yang penting untuk kehidupan individu. Adanya dukungan keluarga dapat menambah rasa percaya diri dan memotivasi untuk menghadapi masalah serta mampu meningkatkan kepuasan hidup pada individu. Dukungan keluarga juga dapat berperan sebagai salah satu fungsi keperawatan kesehatan anggota keluarganya supaya mencapai derajat kesehatan yang optimal.<sup>10</sup>

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan *Self Care* Dengan Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Dusun Kembang Desa wonokerto

Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta maka dapat di ambil sebagai berikut:

1. *Self care* lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta adalah 17.6 % tergantung semua, 81.2 % tergantung sebagian dan 92.9 % mandiri.
2. Kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta adalah 22,4 % tidak baik dan 77,6 % baik.
3. Ada hubungan yang signifikansi antara *self care* dengan kualitas hidup lansia di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta ( $p = 0,009$ ) dengan koefisien korelasi sebesar 0,283.

## **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka saran dari penulis sebagai berikut:

1. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta  
Lebih banyak menyediakan referensi tentang *self care* dan kualitas hidup dan buku-buku tentang lansia dan dapat berguna bagi pendidikan dalam bidang keperawatan
2. Bagi lansia  
Lansia yang tinggal sendiri diharapkan tetap memperhatikan *self care* agar kualitas hidup sehari-hari dapat terjaga dengan baik. Sedangkan lansia yang kebutuhannya dipenuhi oleh keluarga dapat lebih mempertahankan kebutuhan *self care*.
3. Bagi kader di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta.

Memperhatikan kebutuhan *self care* lansia yang tinggal sendiri dengan memberi informasi mengenai *self care*, membaca buku bagi yang bisa membaca atau masih bisa melihat, mengikuti penyuluhan posyandu yang membahas tentang lansia serta memperlakukan lansia dengan lebih memperhatikan apa saja perubahan yang terjadi setelah memasuki lanjut usia dan dampak yang di timbulkan baik dalam masalah fisik, psikis dan sosial ekonomi di Dusun Kembang Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta.

#### 4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan menambah variabel lain tentang faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia seperti kesehatan psikologis, kesehatan fisik dan pemenuhan kebutuhan ekonomi bagi lansia.

### **UCAPAN TERIMAH KASIH**

1. Dr.Dra. Ning Rintiswati, M.Kes.,Selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta Yang Tetelah Memberikan Izin Penelitian.
2. Ika Mustika Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wirah Husada Yogyakarta Yang Telah Memberikan Izin Penelitian.
3. Antok Nurwidi Antara S.Kep.Ns.,M.Kep. Selaku Pembimbing Utama Yang Telah Dengan Sabar Memberikan Bimbingan, Pengarahan, Dan Saran Dalam Penulisan Penelitian Ini Sehingga Dapat Diselesaikan Dengan Baik.
4. Nasiatul Aisyah Salim.,S.K.M.,M.P.H. Selaku Pembimbing Pendamping Yang Telah Dengan Sabar Memberikan Bimbingan, Pengarahan, Dan Saran Dalam Penulisan Penelitian Ini Sehingga Dapat Diselesaikan Dengan Baik.
5. Fransiska Tatto Dua Lembang,S.Kep.,Ns.,M.Kes. Selaku Dosen Penguji Yang Memberikan Petunjuk Dan Pengarahan Untuk Memperbaiki Skripsi Ini.

6. Papa, Mama, Kaka Dan Adik Tercinta, Yang Selalu Memberikan Kasih Sayang, Motivasi Dan Doa Kepada Saya Serta Selalu Mendukung Saya Baik Secara Moral Maupun Material Dalam Menjalankan Kuliah Dan Penyusunan Skripsi Ini.
7. Dan Untuk Semua Pihak Yang Sudah Mendukung Dan Membantu Saya Dalam Proses Penyusunan Penelitian Ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
2. M, A. R., & Erwanti, E. (2018). Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Tlogosari Pati Tahun 2017. Prosiding University Research Colloquium, 1(1), 519–526. Retrieved from [http://repository.urecol.org/index.php/p\\_roceeding/article/view/391](http://repository.urecol.org/index.php/p_roceeding/article/view/391).
3. Afrizal, (2018). Permasalahan Yang Di alami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*.vol v, Hal 121
4. DIRSECIU, P. (2017). Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X Tahun Ajaran 2016/2017 Di SMK Muhammadiyah 1 Wates Kabupaten Kulon Progo DIY. 1–14. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad Vol XIII, No.2.Hal.89*
5. Irwan, Andi Masyitha, Kitaoka, K. et al. (2016). *Self-care practices and health-seeking behavior among older persons in a developing country: Theories-based research*, *International Journal of Nursing Sciences*. Elsevier Ltd,3(1), pp.11–23. doi: 10.1016/j.ijnss.2016.02.010.
6. Dinas Kesehatan D.I.Y. (2019). Laporan Profil Kesehatan Daerah Istimewah Yogyakarta.
7. Data Tingkat Kemandirin Lansia Dusun Kembang Dasa Wonokerto, (Puskesmas Turi, 2020).
8. Dharma, K. (2 011) *Metedologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta. Trans Info Media.
9. Sofian, Effendi,. (2011). *“Perubahan Struktur Keluarga Dalam Perspektif Pencapaian Keluarga Sejahtera” Yogyakarta* : Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia.

10. Sukriswati, I. (2016). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Moewardi Surakarta*. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.