



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PANTI WERDHA BUDI AGUNG KOTA KUPANG

Ismali Usman¹, Zaimah Hilal², Sabar Hutabarat³, Nurhayati⁴
^{1,2,3,4} Universitas Adiwangsa Jambi

ARTICLE INFORMATION

Received: Des, 22, 2023
 Revised: Jan, 22, 2024
 Available online: Jan, 30, 2024

KEYWORDS

Dukungan sosial, depresi, kualitas hidup

CORRESPONDENCE

E-mail: msnurhayati.24@gmail.com

A B S T R A C T

Aging is not a disease, but a process that gradually results in cumulative changes, a process of decreasing the body's resistance in dealing with stimuli from inside and outside the body. Factors that influence the quality of life of the elderly, both positive and negative, include chronic disease conditions, social interactions, level of depression, family support, economic status (employment/income), level of education, daily activities (ADL) and type of sex. Elderly people really need good communication relationships with their family and peers. Depression in patients over 60 years of age often presents with nonspecific or atypical symptoms. This causes difficulties in identification so that depression is too late to be treated.

This research was conducted to analyze the relationship between social support and the level of depression in the elderly with the quality of life of the elderly at the Budi Agung Nursing Home, Kupang City.

Researchers used a quantitative research approach with a cross sectional design. Bivariate analysis was carried out using the Chi-Square Test statistical test at a significance level of 95% (p-value < 0.05).

The results of the Chi-square analysis test show a p value = 0.001 (P < 0.05) between social support and the quality of life of the elderly at the Budi Agung Kupang Nursing Home and a p value = 0.001 (P < 0.05) between the level of depression and quality of life. the lives of the elderly at the Budi Agung Nursing Home in Kupang.

There is a significant relationship between social support and the level of depression on the quality of life of the elderly at the Budi Agung Kupang Nursing Home.

A B S T R A K

Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia baik pengaruhnya secara positif maupun negatif antara lain, kondisi penyakit kronis, interaksi sosial, tingkat depresi, dukungan keluarga, status ekonomi (pekerjaan/penghasilan), tingkat pendidikan, aktivitas sehari-hari (ADL) dan jenis kelamin. Lansia sangat membutuhkan hubungan komunikasi yang terjalin baik dengan keluarga maupun teman sebayanya. Depresi pada pasien berusia di atas 60 tahun sering menampilkan dengan gejala tidak spesifik atau tidak khas. Hal tersebut menyebabkan kesulitan identifikasi sehingga depresi terlambat untuk diterapi.

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan tingkat depresi lansia dengan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang.

Peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square Test* pada tingkat kemaknaan 95% (p-value < 0,05).

Hasil uji analisis Chi-square memperlihatkan nilai p = 0,001 (P < 0,05) antara dukungan sosial dan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang dan nilai p = 0,001 (P < 0,05) antara tingkat depresi dan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang.

Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat depresi terhadap kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang.

PENDAHULUAN

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Kholifah (2016) menyatakan bahwa menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Menurut Padila (2013), proses penuaan merupakan suatu keadaan yang dapat terjadi dalam kehidupan manusia mendatang dan proses tersebut tidak bisa dipungkiri. Proses menua pada manusia dapat membawa pengaruh serta perubahan secara menyeluruh baik fisik, sosial, mental dan moral spiritual, yang secara keseluruhan saling berhubungan antara satu dengan yang lainnya dalam tubuh manusia.

Menurut WHO (2022), laju penuaan populasi jauh lebih cepat daripada di masa lalu. Pada tahun 2020, jumlah orang berusia 60 tahun ke atas melebihi jumlah anak di bawah 5 tahun. Antara tahun 2015 dan 2050, proporsi populasi dunia di atas 60 tahun akan meningkat hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan jumlah penduduk lansia meningkat dari 10 juta jiwa (7,6%) pada tahun 2010 menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035 (PUSDATIN, 2022).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022 jumlah lansia usia 60-74 tahun di NTT adalah 409.793 jiwa dan jumlah lansia 75 tahun keatas adalah 101.861 jiwa. Sementara jumlah lansia usia 60-74 tahun di kota kupang adalah 2.933 jiwa dan jumlah lansia 75 tahun ke atas adalah 4.822 jiwa. Jumlah lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang adalah 72 jiwa, terdiri dari 30 lansia laki-laki dan 42 lansia perempuan. Diantara 72 lansia tersebut terdapat 12 lansia diantaranya yang tidak termasuk dalam kriteria inklusi yang ditentukan oleh peneliti, yakni 5 diantaranya tidak bisa berbahasa Indonesia, 5 lansia lain mengalami gangguan

pendengaran dan 2 diantaranya tidak kooperatif (pasien di isolasi).

Proses menua pada manusia yang telah membawa pengaruh dan perubahan secara fisik, sosial, mental dan moral spiritual akan menyebabkan keterbatasan bagi lansia sehingga lansia mengalami penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup meliputi bagaimana individu mempersiapkan kebaikan dari beberapa aspek kehidupan mereka (Bowling, 2013). Kualitas hidup yang rendah akan menyebabkan lansia tidak dapat menikmati rasa masa tuanya dengan penuh makna, bahagia dan berguna (Sutikno, 2013). Patrick dalam Anissa (2022) mendefinisikan kualitas hidup sebagai nilai dalam kehidupan, dimodifikasi oleh perburukan status fungsional, persepsi dan kesempatan sosial yang dipengaruhi oleh penyakit, luka, terapi dan kebajikan. Jurnal psikologi yang ditulis oleh Dewinta menunjukkan bahwa survei awal terhadap 10 lansia didapatkan bahwa 7 orang lansia atau 70% mengalami penurunan kualitas hidup terutama dalam rasa kesepian dan kurangnya perhatian dari anggota keluarga lain (Pratiwi, 2015).

Kualitas hidup yang optimal atau penuaan yang optimal berkaitan dengan lingkungan dimana seorang individu hidup, karena keadaan fungsional orang yang lebih tua maksimal atau optimal, dan dengan demikian usia tua dengan cara yang bermakna, Bahagia, berguna, dan berkualitas, agar bisa menikmati masa tua (Fauziyyah, et al., 2023). Berdasarkan hasil telaah jurnal yang dilakukan oleh Yulia tahun (2021) ditemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia baik pengaruhnya secara positif maupun negatif antara lain, kondisi penyakit kronis, interaksi sosial, tingkat depresi, dukungan keluarga, status ekonomi (pekerjaan/penghasilan), tingkat pendidikan, aktivitas sehari-hari (ADL) dan jenis kelamin.

Menurut Perlman (1988) dalam Sihab (2021), lansia sangat membutuhkan hubungan komunikasi yang terjalin baik

dengan keluarga maupun teman sebayanya. Dukungan sosial menurut Sarafino dalam buku “The Science of Psychology: An Appreciative View” dukungan social berarti adanya penerimaan dari seseorang atau kelompok terhadap individu yang menimbulkan persepsi pada dirinya bahwa individu tersebut disayangi, diperhatikan, dihargai dan di tolong (Mahmuda & Jalal, 2021). Tanpa hubungan komunikasi yang baik, besar kemungkinan menimbulkan rasa kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Pratama (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh penting dalam mempengaruhi gejala stress yang muncul pada lansia, pada dasarnya lansia ini hanya butuh didukung dari keluarga dan lingkungan terdekatnya sehingga akan mengurangi perasaan cemas, sepi dan perasaan negative lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Fauziyyah dkk (2023) membuktikan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup dengan p value 0,06 (<0,05).

Menurut Kusumowardany & Puspitorsari dalam (Anissa, Amelia, & Dewi, 2019) pada lansia, depresi lebih sering terjadi dibandingkan pada populasi umum. Depresi pada pasien berusia di atas 60 tahun sering menampilkan dengan gejala tidak spesifik atau tidak khas. Hal tersebut menyebabkan kesulitan identifikasi sehingga depresi terlambat untuk diterapi. Selain itu depresi pada usia lanjut sering tidak diakui pasien dan tidak dikenali dokter karena gejala yang sering komorbid dengan penyakit medis lain sehingga lebih menonjolkan gejala somatik daripada gejala depresinya. Studi yang dilakukan oleh Avelina, Baba dan Pora tahun 2021 ditemukan bahwa terdapat 59 lansia yang menghuni seksi Kesejahteraan Sosial penyantunan lanjut usia Maumere mengalami depresi ringan sampai sedang yang diukur menggunakan Geriatric Depression Scale.

Setelah dilakukan pengambilan data awal dengan wawancara dengan 6 lansia di Wisma Bougenvile, Panti Werdha Budi Agung, 5 dari 6 lansia mengakui kurangnya

dukungan sosial dari keluarga mereka, 3 dari 5 lansia tersebut mengatakan bahwa keluarga sangat jarang mengunjungi mereka di panti, bahkan satu lansia diantaranya menyatakan sudah tidak dikunjungi lebih dari setahun. Sementara 2 dari 5 lansia lainnya menyatakan bahwa anak-anak kandung bahkan saudara kandung mereka sudah meninggal sehingga mereka hidup sebatang kara. Adapun kunjungan dari berbagai komunitas dan magang dari berbagai institusi pendidikan di Panti Werdha Budi Agung. 3 dari 6 lansia tersebut, menyatakan memiliki besahabatan yang erat dengan anggota-anggota komunitas yang sering melakukan kunjungan.

Adapun 2 dari 6 lansia di Wisma Bougenvile, menyatakan perasaan sedih yang berkepanjangan. Salah satu lansia menyatakan kesedihannya karena tidak pernah dikunjungi oleh anak-anak kandungnya selama lebih dari setahun dan satu lansia lainnya menyatakan perasaan sangat sedih selama 3 bulan terakhir bahkan sampai sakit dan dirawat dirumah sakit karena gastritis, karena meninggalnya anak satu-satunya.

Kemudian, 2 dari 6 lansia di Wisma Bougenvile, menyatakan memiliki hidup yang bermakna. Satu dari antaranya mengatakan merasa bahagia karena memiliki hidup yang berguna bagi orang lain saat masih muda, dan satu lansia lainnya merasa bahagia karena mendapat banyak dukungan dari keluarga, kerabat, bahkan anak kandungnya. Dua lansia lain menyatakan merasakan hidup yang biasa-biasa saja dan tidak begitu bermakna. Dan dua lansia lainnya masih merasakan tidak bahagia dan mengakui kualitas hidup yang buruk karena menjalani kehidupan yang jauh berbeda dari masa mudanya karena jauh ditiggalkan oleh keluarga mereka.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Sosial dan Dukungan Spiritual dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang”, untuk mengetahui hubungan

Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan tingkat depresi terhadap kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga dan tingkat depresi dan kualitas hidup lansia. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 01 s/d 20 September tahun 2023 di di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Panti Werdha Budi Agung Kota Kupang yang berjumlah 60 lansia. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner. Data yang terkumpul dianalisa secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-square test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	21	35.0
- Perempuan	39	65.0
Kelompok Umur		
- Lansia (55-65 tahun)	5	8.3
- Lansia Muda (66-74 tahun)	26	43.3
- Lansia Tua (75-90 tahun)	24	40.0
- Lansia Sangat Tua (>90 tahun)	5	8.3
Status Pernikahan		
- Menikah	5	8.33
- Duda / Janda	45	83.33
- Tidak Menikah	10	8.33

Tabel 2 Dukungan Sosial

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Dukungan Sosial		
- Rendah	10	16.67
- Sedang	24	40.00
- Tinggi	26	43.33

Tabel 3 Tingkat Depresi

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Tingkat Depresi		
- Tanpa Depresi	32	53.33
- Depresi Ringan	15	25.00
- Depresi Sedang Sampai Berat	13	21.67

Tabel 4 Kualitas Hidup

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Kualitas Hidup		
- Buruk	10	16.67
- Cukup	18	30.00
- Baik	32	53.33

Tabel 5 Hubungan Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup

		Kualitas Hidup						Total	p
		Rendah		Cukup		Baik			
		N	%	n	%	n	%		
Dukungan sosial	Rendah	8	13.33	2	3.33	0	0.00	10	0.001
	Sedang	2	3.33	14	23.3	8	13.33	24	
	Tinggi	0	0.00	2	3.33	24	40.00	26	
Total		10	16.67	18	30	32	53.33	60	

*Uji Chi-Square

Tabel 6 Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup

		Kualitas Hidup						Total	p
		Rendah		Cukup		Baik			
		N	%	n	%	n	%		
Dukungan sosial	Rendah	8	13.33	2	3.33	0	0.00	10	0.001
	Sedang	2	3.33	14	23.3	8	13.33	24	
	Tinggi	0	0.00	2	3.33	24	40.00	26	
Total		10	16.67	18	30	32	53.33	60	

*Uji Chi-Square

PEMBAHASAN

1. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup

Hasil analisis hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup responden menggunakan uji analisis *chi-square* memperlihatkan nilai $p = 0,001$ ($P < 0,05$) antara dukungan sosial dan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung

Kupang. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhlison, *et all* (2013) yang memperlihatkan bahwa hasil hitung nilai p hitung = 0,015 ($p < 0,05$). Penelitian yang dilakukan oleh Cahya, *et all* (2019) juga menemukan hasil yang sama yakni hasil uji statistik dengan Chi-square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ menunjukkan nilai $\rho = 0,001$ yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia Wiguna Karya Kebonsari Kota Surabaya. Berdasarkan hasil wawancara dengan responden, beberapa responden menyatakan adanya persahabatan yang baik antar sesama anggota panti baik yang tinggal bersama dalam satu wisma maupun yang tinggal berbeda wisma. Peneliti juga melihat bahwa beberapa lansia yang masih kuat di masing-masing wisma biasanya membantu teman-teman mereka yang sudah mengalami keterbatasan mobilisasi maupun gangguan penglihatan. Destriande, *et all* (2021) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya yang kuat secara langsung atau secara tidak langsung mempengaruhi peningkatan kualitas hidup lansia. Dukungan teman sebaya yang kuat meningkatkan aspek psikologis kualitas hidup, mengurangi kesepian dan risiko depresi. Selain dukungan dari teman sebaya, masih banyak lansia yang mendapatkan kunjungan dari keluarga mereka. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiraini, *et all* (2021) bahwa mayoritas responden yang mendapatkan dukungan keluarga baik memiliki kualitas hidup baik sebanyak 87 orang (69.6%), sedangkan responden dengan dukungan keluarga kurang memiliki kualitas hidup kurang sebanyak 12 orang (9.6%).

2. Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup

Hasil analisis hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup menggunakan uji Chi-square memperlihatkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan

yang bermakna antara tingkat depresi dengan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang. Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspawati & Rekawati (2017) di Panti Sosial Tresna Werdha Jakarta yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup lansia dengan hasil uji statistik bivariat diperoleh nilai $p = 0,017$ ($p < 0,05$). Penelitian yang dilakukan oleh Mahadewi & Ardani (2018) mengungkapkan hasil yang berbeda yakni tingkat depresi dan kualitas hidup responden tidak berhubungan signifikan secara statistik. Namun, dilihat dari nilai OR yang tinggi, tingkat depresi merupakan faktor resiko bagi lansia di Panti Sosial Werdha Wana Seraya, Denpasar, Bali untuk mengalami kualitas hidup buruk, tetapi tidak signifikan secara statistik. Perbedaan hasil ini dapat dipengaruhi oleh faktor sampel dan metode penelitian, serta tempat penelitian, dimana pengambilan sampel pada penelitian yang dilakukan oleh Mahadewi dan Ardani menggunakan metode total sampling yakni semua lansia yang merupakan anggota di Panti sosial Wirda Wana Seraya, Denpasar Bali yang berjumlah 40 lansia, analisis data yang digunakan juga berbeda yakni menggunakan metode *simple logistic regression*. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, tingginya jumlah lansia yang tidak mengalami depresi di Panti Werdha Budi Agung Kupang dikarenakan lansia di setiap wisma jarang mengalami kesepian karena para lansia biasanya berkumpul bersama atau saling mengunjungi satu sama lain. Para lansia juga terlihat semangat dan bergembira dalam menjalankan kesehariannya terutama ketika mengikuti kegiatan-kegiatan di aula serbaguna.

SIMPULAN

Hasil uji analisis Chi-square memperlihatkan nilai $p = 0,001$ ($P < 0,05$) antara dukungan sosial dan kualitas hidup

lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang. Hasil uji analisis Chi-square memperlihatkan nilai $p = 0,001$ ($P < 0,05$) antara tingkat depresi dan kualitas hidup lansia di Panti Werdha Budi Agung Kupang. Diharapkan agar perawat dalam praktik asuhan keperawatannya dapat memberikan proses keperawatan yang tepat pada lansia dengan memberikan dukungan sosial misalnya mendengarkan keluhan lansia dengan penuh perhatian, membina para lansia agar dapat saling membantu antar sesama lansia di panti jompo dan manajemen stres melalui rutinitas yang baik bagi lansia.

REFERENSI

- Anissa, M. (2022). Kualitas Hidup - Studi Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK). Indramayu: Penerbit Adab.
- Anissa, M., Amelia, R., & Dewi, N. P. (2019, Juli). Gambaran Tingkat Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas guguk Kabupaten 50 Kota Payakumbuh. *Health & Medical Journal*, 1(2), 12-16.
- Avelina, Y., Baba, W. N., & Pora, Y. D. (2021). Monograf Pengaruh Terapi Life Review Terhadap Depresi Lansia. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Bowling, 2013).
- Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya. *NersMid*, 33-47.
- Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021, Juli). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup pada Lanjut Usia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(1), 1-9.
- Fauziyyah, I., Setiyowati, E., Sa'diyyah, E. N., Zahro, N. F., Mutmainnah, Adjani, S. D., et al. (2023). Dukungan Sosial Terhadap Kualitas Hidup Lansia dengan Diabetes Melitus. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 18-25.
- Kholifah, S. N. (2016). Keperawatan Gerontik. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan.
- Mahadewi, I. G., & Ardani, I. G. (2018). Indah Ardani Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Panti Sosial Werdha Wana Seraya Denpasar Bali. *Directory Open Access Journal E-Jurnal*, 3(8), 1-8.
- Mahmuda, U., & Jalal, M. (2021). Dukungan Sosial Dalam Menumbuhkan Kebermaknaan Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 – Jakarta Selatan. *SULUH*, 2442-3165.
- Muhlisoh, Adenan, & Herawati. (2013). Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Ulin Banjarbaru . *DK*, 88-95.
- Padila. (2013). Buku Ajar Keperawatan Gerontik: Dilengkapi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik Terapi Modalitas dan Sesuai Kompetensi Standar. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pratiwi, 2015).
- Pratiwi, Y. (2015). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia di Pusat Santunan Keluarga (PUSAKA) Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan. Jakarta: Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- PUSDATIN. (2022). Infodatin: Lansia Berdaya Bangsa Sejahtera. Jakarta: KEMENKES RI.
- Puspawati, A. A., & Rekawati, E. (2017, November). Depresi Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti sosial Tresna Werdha di Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 133-138.
- World Health Organization. (2012, Maret 1). WHOQOL: Measuring Quality of Life. Retrieved Juni 19, 2023, from WHO International: <https://www.who.int/toolkits/whoqol>
- Yulia, F. (2021). Literatur Review Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, 62.