

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP ORANG LANJUT USIA DI KELURAHAN KELOR.

Maria Angelita Poppy Arindiva*, Antonius Yogi Pratama, Indrayanti, Mei Rianita Elfrida Sinaga
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
mangelita1374@gmail.com

ABSTRAK

Yogyakarta tercatat sebagai provinsi dengan persentase lansia tertinggi, sebesar 16,28%. Penggunaan sosial media dapat memberikan dampak positif pada lansia dalam berkomunikasi dan memberikan dukungan sosial pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Kelor. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 61 lansia dengan menggunakan stratified purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah Kuesioner Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial (SIMPS) dan Kuesioner WHOQOL-OLD. Hasil analisis univariat, intensitas penggunaan media sosial, 65,6% responden menggunakan media sosial dengan intensitas sedang dan hasil penelitian kualitas hidup pada lansia, 75,4% responden memiliki kualitas hidup dalam kategori tinggi. Analisis korelasi menunjukkan nilai correlation (r): 0,287 dengan nilai p-value 0,025 ($<0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas hidup pada lansia. yang berarti memiliki arah hubungan yang positif (searah) dengan kekuatan lemah. Peneliti selanjutnya meneliti dengan mengambil wilayah penelitian yang lebih luas, sampel lebih banyak, dan rancangan penelitian yang lebih kompleks sehingga didapatkan hasil yang lebih optimal dan dapat digeneralisasi pada wilayah yang lebih luas.

Kata kunci: Intensitas; Media sosial; Kualitas hidup; Lansia

ABSTRACT

Yogyakarta is recorded as the province with the highest percentage of elderly population at 16.28%. Social media usage can have a positive impact on the elderly by facilitating communication and providing social support (Sanecka, 2020). This study aims to determine the relationship between the intensity of social media use and the quality of life of the elderly in Kelor Village. This study employed a quantitative correlational method with a cross-sectional approach. The research population consisted of 61 elderly individuals, selected using stratified purposive sampling. The measurement tools used were the Social Media Usage Intensity Scale (SIMPS) and the WHOQOL-OLD Questionnaire. The univariate analysis showed that 65.6% of respondents used social media with moderate intensity, while 75.4% of the elderly respondents possessed a high quality of life. Correlation analysis revealed a correlation coefficient (r) of 0.287 with a p-value of 0.025 ($p < 0.05$). There is a significant relationship between the intensity of social media use and the quality of life among the elderly. The results indicate a positive (unidirectional) relationship with weak strength. Future researchers are encouraged to conduct studies covering broader geographical areas, utilizing larger sample sizes, and employing more complex research designs to achieve more optimal results that can be generalized to a wider population.

Keywords: Intensity; Social media; Quality of life; Elderly

PENDAHULUAN

Indonesia tengah menghadapi perubahan demografis yang signifikan yang dinamakan era penduduk tua (Ageing Population) sejak tahun 2021, dimana jumlah penduduk lanjut usia (lansia) terus meningkat dari tahun ke tahun [1]. Pada tahun 2024, Badan Pusat Statistik (BPS) mengkonfirmasi peningkatan persentase lansia di Indonesia yang mencapai 12% dengan total seluruhnya sebanyak 65,82 juta jiwa. Yogyakarta tercatat sebagai provinsi dengan persentase lansia tertinggi, sebesar 16,28% [2]. Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia menjadi indikator kesehatan masyarakat yang meningkat sehingga perlunya meningkatkan perhatian terhadap kelompok lanjut usia agar mereka dapat menikmati kehidupan yang sejahtera di masa tua [3].

Terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia [4]. Di dalam domain domain partisipasi sosial, kebutuhan akan komunikasi dan bersosialisasi pada lansia sebanding dengan yang dimiliki oleh penduduk usia muda, di mana komunikasi efektif penting untuk menjaga hubungan sosial. Salah satu cara efektif yang digunakan lansia untuk memudahkan dan meningkatkan komunikasi adalah melalui penggunaan media sosial [5].

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional* serta analisis *Spearman rank*. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 19-22 Desember 2025 di Kelurahan Kelor Kabupaten Gunungkidul. Populasi penelitian menggunakan *stratified purposive sampling* berjumlah 61 responden. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial (SIMPS) dan kuesioner WHOQOL-OLD. Telah dilakukan uji layak etik No.159/KEPK.02.01/XII/2025.

HASIL PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia dan Jenis Kelamin Lansia di Kelurahan Kelor

Kategori	n	Presentase (%)
Usia		
60-75	52	85.25
76-90	9	14.75
Total	61	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	45.9
Perempuan	33	54.1
Total	61	100

Sumber: Data primer terolah 2025

Analisis: Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (88,25%) dalam penelitian ini berusia sekitar 60-75 tahun. Mayoritas responden (54,1%) adalah perempuan.

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Penggunaan Media Sosial

Kategori	n	%
Tinggi	16	26.2
Sedang	40	65.6
Rendah	5	8.2
Total	61	100

Analisis: Tabel 2 memperlihatkan bahwa lansia dalam intensitasnya menggunakan media sosial pada kategori tinggi sebanyak 16 orang (26,2%), sedang sebanyak 40 orang (65,6%), dan rendah sebanyak 5 orang (8,2%).

Tabel 3. Karakteristik Responden berdasarkan Kualitas Hidup

Kategori	n	%
Baik	46	75.4
Cukup	15	24.6
Buruk	0	0
Total	61	100

Berdasarkan tabel 10 memperlihatkan bahwa kualitas hidup dengan kategori baik sebanyak 46 orang (75.4%), dan cukup sebanyak 15 orang (24,6%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Kelor

Intensitas Penggunaan Media Sosial	Kualitas Hidup			Jumlah	p-value	Correlation (r)
	Baik	Cukup	Buruk			
Tinggi	13	3	0	16	0,025	0,287
Sedang	33	7	0	40		
Rendah	0	5	0	5		
Jumlah	46	15	0	61		

Sumber: Data primer terolah 2025

Analisis: Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar 0,025 ($<0,05$) yang berarti secara signifikan terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas hidup

lansia di Kelurahan Kelor dengan nilai correlation yaitu sebesar 0,287 yang berarti memiliki arah hubungan yang positif (searah) dengan kekuatan lemah.

Pembahasan

1. Usia

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dari 61 responden, sebagian besar responden sebanyak 52 lansia (88,25%) dalam penelitian ini berusia sekitar 60-75 tahun. Usia merupakan umur individu yang dihitung dimulai dari individu itu lahir sampai individu ulang tahun, semakin cukup usia semakin memiliki pemikiran yang matang dan memiliki kemampuan berpikir yang kuat. Berdasarkan data *long form* sensus penduduk yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024 menunjukkan bahwa mayoritas lansia, yaitu 63,29%, berada dalam kategori "lansia muda" (usia 60-69 tahun). Selain itu, 28,11% berada dalam kategori "lansia madya" (usia 70-79 tahun), dan 8,61% merupakan lansia tua dengan usia 80 tahun ke atas [2]. Peneliti memiliki asumsi bahwa semakin meningkatnya usia maka seseorang membutuhkan lebih banyak dukungan yang saat ini lebih mudah didapatkan melalui media sosial untuk memperoleh kesehatan dan kualitas hidup yang lebih baik.

2. Jenis kelamin

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 dari 61 responden mayoritas responden (54,1%) adalah perempuan, sebanyak 33 lansia. Hasil ini sejalan dengan penelitian [6] yang menyatakan bahwa lansia perempuan lebih cenderung menggunakan media sosial dari pada lansia laki-laki yaitu sebanyak 56 orang (56%). Peneliti memiliki asumsi bahwa lansia perempuan memiliki peran aktif yang lebih baik dibandingkan dengan lansia laki-laki, hal ini dikarenakan lansia perempuan lebih sering berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain serta memperoleh banyak informasi melalui media sosial.

3. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 dari 61 responden sebagian besar lansia menggunakan media sosial pada kategori intensitas sedang sebanyak 40 orang (65,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [7] yang mana dari 59 responden menunjukkan sebagian besar responden memiliki intensitas penggunaan media sosial yang sedang yaitu sebanyak 31 responden (52,0%). Beragamnya fitur media sosial membuat media sosial menjadi semakin menarik sehingga penggunaanya akan betah berlama-lama dalam mengakses media [8]. Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan,

peneliti berasumsi semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial yang dilakukan lansia akan memberi dampak yang positif kepada hidupnya.

4. Kualitas Hidup

Berdasarkan tabel 3 memperlihatkan bahwa kualitas hidup dengan kategori baik sebanyak 46 orang (75.4%), dan cukup sebanyak 15 orang (24,6%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan [9] dengan hasil kualitas hidup lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang tinggi 74,3%. Kualitas hidup lansia dapat diukur dari enam domain, yaitu faktor sensorik, otonomi, partisipasi sosial, keintiman, kegiatan masa lalu masa sekarang masa depan, dan kematian. Kesejahteraan bisa dicapai dengan maksimal apabila keenam domain kualitas hidup terpenuhi dengan baik [10]. Berdasarkan pemaparan yang sudah dijabarkan, peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh banyak faktor dari masing-masing domain yang membentuk persepsi dirinya terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan.

5. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Kelor

Hasil uji korelasi dengan *Spearman's Rank* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) 0,025 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi (r) 0,287. Terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia, dan faktor yang paling mempengaruhi kualitas hidupnya adalah riwayat medis [4]. Proses penuaan yang terjadi pada lansia juga diikuti oleh berbagai macam masalah kesehatan, yang akan menyebabkan kelemahan fisik dan berbagai masalah kesehatan [11]. Riwayat medis pada lansia akan menyebabkan masalah pada aspek fisik dan emosional [12]. Kesimpulan ini berbeda dengan hasil studi literatur [13] menyatakan bahwa lansia pengguna media sosial memiliki kualitas kesehatan yang baik, media sosial membantu interaksi sosial lansia, kualitas hidup lansia pengguna media sosial mengalami peningkatan, serta media sosial meningkatkan informasi lansia terhadap kondisi kesehatan yang dialami. Peneliti memiliki asumsi bahwa intensitas penggunaan media sosial akan mempengaruhi kualitas hidupnya karena dengan meningkatnya usia maka seorang lansia akan membutuhkan lebih banyak dukungan, baik dalam bentuk informasi atau hiburan yang bisa dinikmati dan diambil secara mudah dari aplikasi media sosial yang ada saat ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Kelurahan Kelor dengan tingkat keeratan rendah. Karakteristik lansia diperoleh 52 (85,25%) berusia 60-75 tahun dan 33 lansia (54,1%) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan intensitasnya menggunakan media sosial diperoleh 40 lansia (65,6%) dalam intensitas penggunaan media sosial sedang dan kualitas hidup dengan kategori baik sebanyak 46 lansia (75.4%).

B. Saran

Penelitian ini dapat bermanfaat, dan memperluas wawasan sehingga dapat dilakukan pencegahan dan kesadaran dari masing-masing individu untuk mencegah terjadinya dampak buruk akibat media sosial. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian serupa lebih lanjut dengan mengambil wilayah penelitian yang lebih luas, sampel lebih banyak, dan rancangan penelitian yang lebih kompleks seperti etnografi, ataupun eksperimen modifikasi. Sehingga didapatkan hasil yang lebih optimal dan dapat digeneralisasi pada wilayah yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Wahyuni, E. S., dan Arifiati, R. F, "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Aktivitas Sosial Lansia Di Masyarakat," *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, vol. 4, no. 1, pp. 29-37, 2025, doi: <https://doi.org/10.57218/jkj.Vol4.Iss1.1426>.
- [2] B. P. Statistik, "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024," 2024.
- [3] Maulida, S., Lestari, S., dan Wardhiana, S, "Lansia Dan Media Sosial," *Jurnal Interaksi Sosiologi*, vol. 1, no. 1, pp. 23-41, 2022.
- [4] Sinaga, M. R. E., Simanjuntak, S. R., dan Locsin, R. C, "Factors Affecting the Quality of Life of Older People during the COVID-19 Pandemic." *Nurse Media Journal of Nursing.*, vol. 12, no. 2, pp. 185-195, 2022, doi: <https://doi.org/10.14710/nmjn.v12i2.45101>
- [5] Madanih, R., dan Purnamasari, O., "Hubungan Penggunaan Media Sosial Sebagai Alat Komunikasi Dengan Kebahagiaan Lanjut Usia Di Indonesia," *Perspektif Komunikasi: Jurnal Ilmu Komunikasi Politik dan Komunikasi Bisnis*, vol. 5, no. 1, pp. 99-109, 2021.
- [6] Anjely, S., Aziz, A. R., dan Lestari, W., "Gambaran Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Lansia," *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, vol. 6, no. 2, pp. 56-61, 2023.
- [7] Arita, M. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2017 Program Studi Ilmu Keperawatan di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati* e-ISSN 2550-0864 Vol. 6, No.1, April 2021, pp. 79-90 p-ISSN 2502-557.
- [8] Hepilita, Y., dan Gantas, A. A., "Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan gangguan pola tidur pada anak usia 12 sampai 14 tahun di SMP negeri 1 Langke Rembong." *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(2), 78-87, 2018.
- [9] Setiawan, S. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia di

Rumah pelayanan sosial lanjut usia Pucang Gading Semarang. Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

- [10] Lionthina, M., Wiwaha, G., Gondodiputro, S., Sukandar, H., Arya, I. F. D., & Sunjaya, D. K. Elderly Quality of Life and Its Predictors in Chronic Disease Management Program: Indonesian Version of WHOQOL-BREF and WHOQOL-OLD. *Majalah Kedokteran Bandung*, 52(1), 28–34, 2020. <https://doi.org/10.15395/mkb.v52n1.1792> .
- [11] Sahoo, H., Govil, D., James, K. S., & Prasad, R. D. "Health issues, health care utilization and health care expenditure among elderly in India: Thematic review of literature." *Aging and Health Research*, 1(2), 100012, 2021. <https://doi.org/10.1016/j.ahr.2021.100012>
- [12] Onunkwor, O. F., Al-dubai, S. A. R., George, P. P., Arokiasamy, J., Yadav, H., Barua, A., & Shuaibu, H. O. (2016). A cross-sectional study on quality of life among the elderly in nongovernmental organizations' elderly homes in Kuala Lumpur. *Health and Quality of Life Outcomes*, 14(6), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12955-016-0408-8>
- [13] Arjuna, A., & Nurmagandi, B. (2023). Penggunaan Media Sosial Pada Lansia: Study Literature. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 14(2), 149-156.