



## PENGARUH AKTIVITAS *LEISURE* MEMBUAT KERAJINAN TERHADAP *LIFE SATISFACTION* LANSIA

Urnika Roshin<sup>1</sup>, Rina Kurnia<sup>2</sup>

Correspondensi e-mail: [ot\\_nia@yahoo.com](mailto:ot_nia@yahoo.com)

<sup>1,2</sup>Jurusan Okupasi Terapi Poltekkes Kemenkes Surakarta

### ABSTRACT

**Background.** Older adults experience various changes that may affect their life satisfaction. One effort to enhance life satisfaction is through leisure activities such as craft making. This study aims to determine the effect of leisure activities in craft making on the life satisfaction of older adults in Gagaksipat Village, Ngemplak Sub-district, Boyolali Regency. **Research methodology.** This is a quantitative study using a quasi-experimental design with a non-randomized pretest-posttest control group. The sampling technique used was purposive sampling, involving 38 respondents divided into an intervention group (19 respondents) and a control group (19 respondents). Life satisfaction was measured using the Satisfaction with Life Scale (SWLS). Data were analyzed the Mann-Whitney test for hypothesis test using SPSS. **Results.** Data analysis using the SWLS revealed a mean difference between pretest and posttest scores of 11.58 in the intervention group, compared to 0.31 in the control group. The hypothesis testing of the difference between the two groups indicated a statistically significant result with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). **Conclusion.** This study shows that the intervention in the form of leisure activity through craft making has a significant effect on improving the life satisfaction of older adults in Gagaksipat Village, Ngemplak Sub-district, Boyolali Regency compared to the control group.

### ARTICLE INFO

Submitted: 02 Juli 2026

Revised: 22 Juli 2026

Accepted: 27 Juli 2026

### Keywords:

Leisure; Crafts; Life satisfaction; Older Adults

### ABSTRAK

**Latar Belakang.** Lansia mengalami perubahan yang mengakibatkan perubahan kepuasan hidup. Upaya untuk meningkatkan kepuasan hidup, salah satunya dengan aktivitas *leisure* membuat kerajinan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh aktivitas *leisure* membuat kerajinan terhadap *life satisfaction* lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali. **Metode Penelitian.** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode *quasi experimental non-randomized pretest-posttest with control design*. Pengumpulan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel berjumlah 38 responden yang terbagi menjadi kelompok intervensi (19 responden) dan kelompok kontrol (19 responden). Pengukuran kepuasan hidup diukur menggunakan Instrumen *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). Penelitian ini menggunakan uji hipotesis data menggunakan Uji *Mann-Whitney* pada SPSS. **Hasil**

### DOI:

[10.55080/mjn.v5i1.2122](https://doi.org/10.55080/mjn.v5i1.2122)

**Penelitian.** Hasil analisis data penelitian menggunakan SWLS menunjukkan perbedaan rata-rata skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi sebesar 11,58 sedangkan pada kelompok kontrol senilai 0,31. Hasil uji hipotesis selisih skor *pretest* dan *posttest* kedua kelompok menunjukkan  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan.** Penelitian ini menunjukkan intervensi yang diberikan pada kelompok intervensi melalui pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan berpengaruh terhadap kepuasan hidup lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali daripada intervensi pada kelompok kontrol.

**Kata kunci:**

*Leisure*; Kerajinan; *Life satisfaction*; Lansia

## PENDAHULUAN

Penuaan merupakan proses alami yang ditandai dengan penurunan fungsi sel, jaringan, serta perubahan fisik dan mental yang meningkatkan risiko penyakit degeneratif, seperti muskuloskeletal, neurodegeneratif, imunitas, kardiovaskular, dan metabolik (Suprpto et al., 2022; Guo et al., 2022). Di Indonesia, prevalensi lansia pada tahun 2022 mencapai 11,75% dengan usia harapan hidup meningkat menjadi 71,85 tahun (BPS, 2022). Data lokal menunjukkan jumlah lansia di Desa Gagaksipat mencapai 528 jiwa (SIDesa Provinsi Jawa Tengah, 2021).

Peningkatan jumlah lansia menimbulkan permasalahan fisik, mental, sosial, dan emosional, yang berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari (Madanih, 2020; Wibowo & Zen, 2019). Hal ini dapat memengaruhi kepuasan hidup, yang didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap kondisi kehidupannya (Kim et al., 2021). Penelitian menunjukkan kepuasan hidup lansia cenderung rendah, khususnya pada lansia perempuan (Hakman et al., 2020), dan dipengaruhi oleh disabilitas, penyakit kronis, serta masalah sosial ekonomi (Celik et al., 2018).

Aktivitas *leisure* berperan penting dalam meningkatkan kepuasan hidup lansia (Husnah, 2018; Wahyuni & Prasetyaningsih, 2020). Salah satu bentuk *leisure* adalah membuat kerajinan, yaitu aktivitas yang melibatkan keterampilan tangan, kreativitas, serta dapat dilakukan bersama teman sebaya untuk mencegah kesepian (Fibriyanti et al., 2021; Sumanto & Sukanti, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan aktivitas *leisure* aktif seperti bergabung dengan klub atau organisasi, kerja sukarela, mengurus rumah tangga, dan bepergian merupakan kegiatan memiliki kontribusi signifikan terhadap kepuasan hidup lansia (Cho et al., 2018). Penelitian oleh Dzakiya & Untari (2024) mendapatkan hasil bahwa sampel mengalami peningkatan kepuasan hidup rata-rata sebesar 7,24 yang berarti terdapat pengaruh terapi seni tie-dye terhadap kepuasan hidup.

Pada penelitian terdahulu, banyak membahas mengenai aktivitas *leisure* dan *life satisfaction* namun belum banyak yang membahas aktivitas *leisure* secara spesifik khususnya aktivitas membuat kerajinan terhadap *life satisfaction* pada sampel lansia. Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan penelitian mengenai pengaruh aktivitas *leisure* membuat kerajinan terhadap *life satisfaction* lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali. Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan manfaat aktivitas tersebut bagi lansia serta menjadi pertimbangan intervensi terapi okupasi dalam meningkatkan *life satisfaction* melalui kegiatan membuat kerajinan.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yaitu menyelidiki fenomena secara sistematis dengan mengumpulkan data yang dapat diukur dengan menggunakan teknik statistik, matematika, atau komputasi (Priadana & Sunarsi, 2021). Desain penelitian yang

digunakan yaitu *quasi experimental design* dengan jenis metode *non-randomized pretest-posttest with control design*. Pemilihan desain ini dikarenakan memiliki kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang tidak dipilih secara acak (Hikmawati, 2017). Populasi pada penelitian ini meliputi seluruh lansia yang berada di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali. Sampel dalam penelitian ini dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan memilih subjek berdasarkan kriteria tertentu untuk pengambilan sampel dari populasi (Hikmawati, 2017).

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu: 1) lansia berusia 60 tahun ke atas, 2) mampu mengikuti arahan dan instruksi, 3) memiliki ketertarikan pada aktivitas membuat kerajinan melalui instrumen *Leisure Participant Questionnaire* (LPQ). Adapun kriteria eksklusi pada penelitian ini meliputi: 1) mengalami gangguan pendengaran berat, 2) mengalami gangguan penglihatan berat, 3) memiliki tremor berat.

Sampel dalam penelitian ini adalah 38 lansia yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol, masing-masing 19 responden. Instrumen yang digunakan adalah *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). Kelompok intervensi diberikan aktivitas *leisure* membuat kerajinan, sedangkan kelompok kontrol menjalani aktivitas sehari-hari. Setelah enam kali intervensi, dilakukan *posttest* dengan SWLS. Analisis data menggunakan uji hipotesis *Mann-Whitney* melalui SPSS.

Intervensi pada penelitian ini merupakan kegiatan sehari-hari yang menyenangkan dan dilakukan di waktu luang yang melibatkan pekerjaan tangan serta menghasilkan suatu produk. Aktivitas meliputi membuat kerajinan tempat tisu, bunga dari sedotan, buket, *decoupage*, meronce gelang, dan membuat pot dari botol bekas, sebanyak 6 kali pertemuan dengan frekuensi 2 kali seminggu dan durasi 45 menit tiap pertemuan.

Berdasarkan penelitian Kusumah (2015), untuk jumlah responden (n), koefisien tabel adalah 100 dengan standar error 0,195. Item yang memiliki nilai koefisien korelasi item total kurang dari 0,195 dinyatakan tidak valid. Semua item instrumen SWLS memiliki nilai koefisien yang lebih besar dari 0,195 dan dinyatakan valid dengan korelasi item terendah adalah 0,650. Hasil uji koefisien reliabilitas instrumen SWLS adalah 0,740, yang menunjukkan bahwa instrumen ini sangat reliabel. Dalam penelitian ini, koefisien konsistensi internal (*Cronbach's alpha*) dari skala dihitung sebagai 0,904. Hasil menunjukkan bahwa SWLS adalah alat yang andal dan valid, dapat digunakan untuk berbagai kelompok usia, serta menghemat waktu dan sumber daya. Skor total didapatkan dengan menjumlahkan skor nilai: 30-35 = Sangat Puas, 25-29 = Puas, 20-24 = Cukup Puas, 15-19 = Kurang Puas, 10-14 = Tidak Puas, 5-9 = Sangat Tidak Puas.

## KODE ETIK KESEHATAN

Penelitian ini telah mendapatkan kelaikan etik dari RSUD Dr. Moewardi dengan nomor: 1.753/VII/HREC/2024

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi sampel berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

| Usia           | Kelompok Intervensi |                | Kelompok Kontrol |                |
|----------------|---------------------|----------------|------------------|----------------|
|                | Frekuensi           | Persentase (%) | Frekuensi        | Persentase (%) |
| <i>Elderly</i> | 16                  | 84,2           | 19               | 100            |
| <i>Old</i>     | 3                   | 15,8           | -                | -              |
| Total          | 19                  | 100            | 19               | 100            |

Sampel penelitian berjumlah 38 dengan mayoritas sampel berada di rentang usia *elderly* (84,2%) pada kelompok intervensi, begitupun pada kelompok kontrol, semua responden berada di rentang usia *elderly* (100%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Kelompok Intervensi |                | Kelompok Kontrol |                |
|---------------|---------------------|----------------|------------------|----------------|
|               | Frekuensi           | Persentase (%) | Frekuensi        | Persentase (%) |
| Laki-laki     | -                   | -              | 2                | 10,5           |
| Perempuan     | 19                  | 100            | 17               | 89,5           |
| Total         | 19                  | 100            | 19               | 100            |

Hasil distribusi frekuensi sampel berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa semua sampel berjenis kelamin perempuan (100%) pada kelompok intervensi, begitupun dengan kelompok kontrol, mayoritas sampel berjenis kelamin perempuan (89,5%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan

| Pekerjaan | Kelompok Intervensi |                | Kelompok Kontrol |                |
|-----------|---------------------|----------------|------------------|----------------|
|           | Frekuensi           | Persentase (%) | Frekuensi        | Persentase (%) |
| IRT       | 15                  | 78,9           | 12               | 63,2           |
| Buruh     | 3                   | 15,8           | 1                | 5,3            |
| Pedagang  | 1                   | 5,3            | 3                | 15,8           |
| Petani    | -                   | -              | 1                | 5,3            |
| Pensiunan | -                   | -              | 1                | 5,3            |
| Swasta    | -                   | -              | 1                | 5,3            |
| Total     | 19                  | 100            | 19               | 100            |

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas sampel merupakan Ibu Rumah Tangga dengan persentase 78,9% pada kelompok intervensi dan 63,2% pada kelompok kontrol.

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Kepuasan Hidup Sebelum dan Setelah Intervensi Kelompok Intervensi

|                 | <i>N</i> | <i>Minimum</i> | <i>Maximum</i> | <i>Mean</i> | <i>Selisih</i> |
|-----------------|----------|----------------|----------------|-------------|----------------|
| <i>Pretest</i>  | 19       | 16             | 24             | 19,95       | 11,58          |
| <i>Posttest</i> | 19       | 28             | 35             | 31,53       |                |

Pada kelompok intervensi, skor kepuasan hidup sebelum pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan berada pada rentang 16–24 dengan rata-rata 19,95 (kategori kurang hingga cukup puas). Setelah intervensi, skor meningkat menjadi 28–35 dengan rata-rata 31,53 (kategori puas hingga sangat puas). Dengan demikian, terjadi peningkatan rata-rata sebesar 11,58.

**Tabel 5.** Distribusi Frekuensi Kepuasan Hidup Sebelum dan Setelah Intervensi Kelompok Kontrol

|                 | <i>N</i> | <i>Minimum</i> | <i>Maximum</i> | <i>Mean</i> | <i>Selisih</i> |
|-----------------|----------|----------------|----------------|-------------|----------------|
| <i>Pretest</i>  | 19       | 15             | 27             | 20,32       | 0,31           |
| <i>Posttest</i> | 19       | 16             | 27             | 20,63       |                |

Pada kelompok kontrol, skor kepuasan hidup sebelum intervensi berada pada rentang 15–27 dengan rata-rata 20,32 (kategori kurang puas hingga puas). Setelah intervensi, skor berkisar antara 16–27 dengan rata-rata 20,63 (kategori kurang puas hingga puas). Dengan demikian, terjadi peningkatan rata-rata yang relatif kecil, yaitu sebesar 0,31.

**Tabel 6.** Hasil Uji *Paired Sample T-Test* Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

| Kelompok   | Data             | <i>Paired Sample T-test</i> |          | Keterangan     |
|------------|------------------|-----------------------------|----------|----------------|
|            |                  | <i>Sig. (2-tailed)</i>      | Kriteria |                |
| Intervensi | <i>Pre-Post</i>  | 0,000                       | < 0,05   | Ada beda       |
| Kontrol    | <i>Pret-Post</i> | 0,591                       | > 0,05   | Tidak ada beda |

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil uji hipotesis  $0,000 < 0,05$  pada kelompok intervensi sehingga  $H_a$  diterima yang berarti ada perbedaan kepuasan hidup pada lansia setelah dilakukan intervensi *leisure* membuat kerajinan. Pada kelompok kontrol didapatkan hasil  $0,591 > 0,05$  sehingga  $H_o$  diterima yang berarti bahwa tidak ada beda kepuasan hidup pada lansia setelah dilakukan intervensi melakukan aktivitas sehari-hari.

**Tabel 7.** Hasil Uji *Mann-Whitney* Selisih Data *Pretest* dan *Posttest*

| Kelompok                                                   | <i>Mann-Whitney</i>    |          | Keterangan |
|------------------------------------------------------------|------------------------|----------|------------|
|                                                            | <i>Sig. (2-tailed)</i> | Kriteria |            |
| Selisih <i>Pre-Post</i><br>Kelompok Intervensi dan Kontrol | 0,000                  | < 0,05   | Ada beda   |

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi yang mendapatkan aktivitas *leisure* membuat kerajinan dengan kelompok kontrol yang hanya melakukan aktivitas sehari-hari. Uji *Mann-Whitney* menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ), yang berarti hipotesis alternatif diterima. Temuan ini menegaskan bahwa aktivitas *leisure* membuat kerajinan berpengaruh positif terhadap kepuasan hidup lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali.

Pada penelitian ini, karakteristik lansia berdasarkan usia didominasi oleh *elderly*. Pada kelompok intervensi, usia *elderly* sebesar 84,2% dan usia *old* sebesar 15,8%. Sedangkan pada kelompok kontrol, 100% responden tergolong ke dalam usia *elderly*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oliveira et al., (2021) diketahui bahwa lansia yang berpartisipasi dalam penelitian ini berada dalam rentang usia 60 hingga 96 tahun dengan rata-rata usia yaitu 69 tahun.

Penelitian oleh Kusumastuti, (2020) juga diketahui hasil dimana responden didominasi oleh kelompok usia 60-74 tahun sebesar 56,7%. Sama halnya dengan data hasil survey Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia tahun 2023, kontribusi terbesar pada populasi lansia yaitu lanjut usia muda yang berada pada rentang usia 60-69 tahun (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2023).

Kelompok usia *elderly* lebih mendominasi dikarenakan lansia akan memulai adaptasi terhadap perubahan baik fisik, kognitif, dan psikologis. Semakin bertambahnya usia, partisipasi lansia pada aktivitas sehari-hari akan semakin melambat. Hal ini dikarenakan lansia mengalami penurunan fungsi organ sehingga memengaruhi daya ingat, daya bicara, dan kemampuan pendengaran sehingga rentan terhadap penyakit. Rasa nyaman dan aman lansia untuk berpartisipasi pada aktivitas sehari-hari juga menurun sehingga memengaruhi kepuasan hidup lansia (Kusumastuti, 2020).

Responden penelitian ini didominasi oleh lansia berjenis kelamin perempuan yaitu 100% pada kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol, responden juga didominasi oleh lansia perempuan sebesar 89,5%, sedangkan sisanya yaitu responden laki-laki sebesar 10,5%. Berdasarkan data survei Badan Pusat Statistik daerah Jawa Tengah tahun 2023, lansia perempuan lebih banyak yaitu sebesar 53,33% dibanding lansia laki-laki 46,67% (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2023).

Penelitian oleh Oliveira et al., (2021), didapatkan hasil bahwa responden yang berpartisipasi dalam penelitian tersebut didominasi oleh lansia berjenis kelamin perempuan (71%). Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumastuti, (2020) dengan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh laki-laki (56,7%) dibanding perempuan (43,3%).

Kepuasan hidup lansia perempuan berkaitan dengan harga diri dan pemberian dukungan emosional. Pada laki-laki, kepuasan hidup dikaitkan dengan dukungan sosial dan sosiotropi atau hubungan sosial yang mendukung harga dirinya (Nikitina, 2024). Menurut Kusumastuti, (2020), prediktor kepuasan hidup perempuan meliputi keluarga, teman, dan akses menuju layanan sosial sedangkan laki-laki lebih ke tujuan hidup pribadi. Perempuan memiliki kepuasan hidup lebih rendah karena cenderung menggunakan perasaan dalam menyelesaikan masalah sehingga lebih sering mengalami stres dan kesulitan beradaptasi terhadap perubahan tubuh sejalan dengan pertambahan usia dibandingkan dengan laki-laki yang cenderung acuh tak acuh terhadap penampilan diri sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Park & Kim (2025) bahwa laki-laki memiliki tingkat kepuasan lebih tinggi (59,20) dibanding perempuan (55,42) dan lebih memungkinkan untuk bekerja.

Gambaran karakteristik lansia berdasarkan distribusi pekerjaan pada penelitian ini didominasi oleh Ibu Rumah Tangga dengan persentase 78,9% pada kelompok intervensi dan 63,2% pada kelompok kontrol. Hal ini sejalan dengan penelitian Rustini *et al.*, (2021) dengan sampel terbanyak adalah Ibu Rumah Tangga sebesar 42,4%. Menurut Song *et al.*, (2023) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *life satisfaction* lansia yaitu pekerjaan. Individu yang memiliki pekerjaan memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan terhadap *life satisfaction* lansia. Berdasarkan hasil penelitian terkait kepuasan hidup sebelum dan setelah intervensi, kelompok intervensi mengalami peningkatan skor *life satisfaction* rata-rata dari 19,95 menjadi 31,53 setelah pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan. Sebelum intervensi, kepuasan hidup paling rendah berada pada tingkat kurang puas dan tertinggi pada tingkat puas. Tingkat kepuasan hidup mengalami peningkatan setelah intervensi dengan kepuasan hidup terendah berada pada tingkat puas dan tertinggi pada tingkat sangat puas. Sedangkan pada kelompok kontrol, kepuasan hidup sebelum dan sesudah intervensi melakukan aktivitas sehari-hari tetap berada pada tingkat terendah yaitu kurang puas dan tertinggi pada tingkat puas dengan skor *life satisfaction* rata-rata dari 20,32 menjadi 20,63.

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan terhadap *life satisfaction* lansia telah diuji melalui uji statistik *paired sample t-test*. Penelitian ini menghasilkan peningkatan *life satisfaction* lansia melalui pengukuran menggunakan instrumen SWLS. Pada kelompok intervensi, didapatkan hasil uji beda dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada perbedaan kepuasan hidup pada lansia setelah dilakukan pemberian intervensi aktivitas *leisure* membuat kerajinan. Pada kelompok kontrol didapatkan hasil nilai signifikansi  $0,591 > 0,05$  sehingga tidak terdapat perbedaan kepuasan hidup lansia setelah dilakukan intervensi melakukan aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan uji tidak berpasangan selisih data *pretest* dan *posttest* kelompok intervensi dan kelompok kontrol bernilai  $0,000 < 0,05$ . Hal ini berarti intervensi yang diberikan pada kelompok intervensi lebih berpengaruh daripada intervensi pada kelompok kontrol. Berdasarkan data hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa aktivitas *leisure* membuat kerajinan berpengaruh terhadap kepuasan hidup lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali.

Aktivitas *leisure* merupakan upaya untuk meningkatkan *life satisfaction* lansia. Salah satunya dengan aktivitas membuat kerajinan. Berdasarkan *Occupational Therapy Practice Framework* (OTPF), aktivitas membuat kerajinan termasuk ke dalam *leisure participation*. Hal ini dikarenakan lansia berpartisipasi atau langsung terlibat dalam aktivitas sehingga mendapat rasa puas dan memiliki makna pribadi, baik di luar kewajiban maupun pekerjaan (American Occupational Therapy Association, 2020).

Aktivitas membuat kerajinan merupakan *leisure* aktif yang didalamnya melibatkan partisipasi aktif aktivitas fisik termasuk keterampilan motorik tangan, koordinasi, konsentrasi,

dan kreativitas. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh [Pöllänen & Weissmann, \(2020\)](#) bahwa aktivitas membuat kerajinan juga termasuk ke dalam *leisure* aktif yaitu dengan berpartisipasi langsung dalam membuat kerajinan. Responden dapat mengekspresikan diri melalui karya yang dibuat sehingga berdampak pada kehidupan yang lebih bermakna melalui aktualisasi diri, ikatan sosial, refleksi diri, dan mengurangi stress. Hal tersebut dikuatkan oleh penelitian [Cho & Cheon, \(2023\)](#) bahwa aktivitas fisik berpengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup bagi lansia.

Pada penelitian ini terlihat antusias responden pada kelompok intervensi dalam aktivitas membuat kerajinan ([Cakar & Kadioglu, 2025](#)). Mereka juga menyampaikan rasa bahagia karena aktivitas ini merupakan pengalaman baru bagi mereka selama mengikuti posyandu. Pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan menjadikan responden mampu mengekspresikan diri dengan menuangkan kreativitas pada tiap aktivitas yang diberikan. Menurut penelitian lain menunjukkan bahwa aktivitas keterampilan baru akan memberikan stimulasi intelektual yang kuat dan sangat efektif apabila terdapat keterlibatan komunikasi ([Iizuka et al., 2019](#)). [Park & Kang, \(2023\)](#) berpendapat mengenai kepuasan hidup merujuk pada evaluasi kognitif dan emosional terhadap kehidupan individu. Individu yang memandang kebahagiaan, harapan, dan kehidupan yang bermakna pada hidup mereka akan meningkatkan *life satisfaction*.

Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan responden berada pada satu tempat sehingga terbentuk interaksi sosial selama intervensi berlangsung. Intensitas bertemu dengan teman sesama responden pun meningkat dibanding sebelum adanya pemberian aktivitas membuat kerajinan. Menurut [Amati et al., \(2018\)](#), semakin sering seseorang bertemu dengan teman-temannya dan kepuasan akan hubungan pertemanan tersebut berkorelasi positif terhadap kepuasan hidup. Dengan demikian, aktivitas membuat kerajinan telah memfasilitasi lansia dalam menambah pengalaman bermakna dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian [Sohyune, \(2019\)](#) bahwa memberi adaptasi fasilitas berdampak pada peningkatan *self-esteem*, hubungan, *life satisfaction*, dan menurunkan depresi.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa selisih skor *pretest* dan *posttest* kedua kelompok didapatkan hasil *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti intervensi yang diberikan pada kelompok intervensi melalui pemberian aktivitas *leisure* membuat kerajinan lebih berpengaruh terhadap kepuasan hidup lansia di Desa Gagaksipat, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali daripada intervensi pada kelompok kontrol.

Keterbatasan penelitian ini yaitu jumlah sampel penelitian memiliki perbedaan yang signifikan antara lansia laki-laki dan lansia perempuan sehingga peneliti kesulitan untuk mengetahui pengaruh intervensi bagi lansia laki-laki. Hasil penelitian juga tidak bisa digeneralisasikan untuk semua lansia karena tidak ada responden laki-laki pada kelompok intervensi. Pada saat periode penelitian, responden berpartisipasi dalam kegiatan lain diluar intervensi berupa kegiatan memperingati Hari Kemerdekaan Republik Indonesia. Kegiatan sosial tersebut berpeluang mempengaruhi interaksi sosial dan faktor lain yang menyebabkan bias pada pengukuran kepuasan hidup.

Berdasarkan keterbatasan pada penelitian ini maka saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya dengan menyediakan presensi secara *online* yang dapat dibantu oleh *caregiver* apabila lansia mengalami kesulitan menggunakan teknologi. Penelitian selanjutnya diharapkan menyertakan responden laki-laki sebagai pembanding efektivitas pengaruh intervensi sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasi pada kedua kelompok lansia menurut jenis kelamin. Penelitian ini diberikan aktivitas secara klasikal dimana setiap responden membuat karya masing-masing. Kedepannya diharapkan pada kelompok

intervensi diberikan aktivitas secara berkelompok. Meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain dari prediktor *life satisfaction*, apakah terdapat pengaruh terhadap peningkatan kepuasan hidup lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amati, V., Meggiolaro, S., Rivellini, G., & Zaccarin, S. (2018). Social relations and *life satisfaction*: The role of friends. *Genus*, 74(7), 1-18.
- American Occupational Therapy Association. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(2), 1-87. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2022). *Statistik penduduk lanjut usia 2022*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2023). *Statistik penduduk lanjut usia 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Cakar, M., & Kadioglu, H. (2025). The effect of recreational games on happiness, *life satisfaction*, loneliness, and somatisation in elderly individuals: A non-randomized controlled trial. *BMC psychology*, 13(1), 289.
- Celik, S. S., Celik, Y., Hikmet, N., & Khan, M. M. (2018). Factors affecting *life satisfaction* of older adults in Turkey. *International Journal of Aging and Human Development*, 87(4), 392–414. <https://doi.org/10.1177/0091415017740677>
- Cho, D., & Cheon, W. (2023). Older adults' advance aging and *life satisfaction* levels: Effects of lifestyles and health capabilities. *Behavioral Sciences*, 13(4), 293.
- Cho, D., Post, J., & Kim, S. K. (2018). Comparison of passive and active *leisure* activities and *life satisfaction* with aging. *Geriatrics & gerontology international*, 18(3), 380-386.
- Dzakiya, E. L., & Untari, R. (2024). Pengaruh terapi seni tie-dye terhadap kepuasan hidup. *Medical Journal of Nusantara*, 3(1), 32–39. <https://doi.org/10.55080/mjn.v3i1.700>
- Fibriyanti, Y. V., Zulyanti, N. R., & Alfiani, A. (2021). Pengembangan umkm kerajinan anyaman untuk meningkatkan perekonomian masyarakat Desa Sumberjo Kecamatan Sarirejo Kabupaten Lamongan. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat*, 4(3), 612–616. <https://doi.org/10.22437/jkam.v4i3.11584>
- Guo, J., Huang, X., Dou, L., Yan, M., Shen, T., Tang, W., & Li, J. (2022). Aging and aging-related diseases: From molecular mechanisms to interventions and treatments. *Signal Transduction and Targeted Therapy*, 7(391), 1-40.
- Hakman, A., Duditska, S., & Viligorsky, O. (2020). *Life satisfaction* and the role of psychophysical components in the quality of life of older people. *Series: Physical Culture*, (36), 3-9.
- Hikmawati, F. (2017). *Metodologi penelitian*. Depok: Rajawali Pers.
- Husnah, W. (2018). *Leisure* activities for the chinese elderly: Case study Hong Kong. *Jurnal Kajian Wilayah*, 9(2), 124. <https://doi.org/10.14203/jkw.v9i2.799>
- Iizuka, A., Suzuki, H., Ogawa, S., Kobayashi-Cuya, K. E., Kobayashi, M., Takebayashi, T., & Fujiwara, Y. (2019). Can cognitive *leisure* activity prevent cognitive decline in older adults? A systematic review of intervention studies. *Geriatrics & gerontology international*, 19(6), 469-482.
- Kim, E. S., Delaney, S. W., Tay, L., Chen, Y., Diener, E. D., & Vanderweele, T. J. (2021). *Life satisfaction* and subsequent physical, behavioral, and psychosocial health in older adults. *The Milbank Quarterly*, 99(1), 209-239.

- Kusumah SH. (2015). *Efektifitas gratitude training terhadap peningkatan subjective well-being*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Kusumastuti, S. (2020). *Pengaruh terapi hortikultura terhadap kepuasan hidup lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Madanih, R. (2020). Pengaruh keagamaan terhadap kepuasan hidup lansia di Jakarta. *Journal of Social Work and Social Services*, 1(1), 59–68.
- Nikitina, E.A. (2024). *Life satisfaction of elderly women and men*. Vestnik of Saint Petersburg University.
- Oliveira, N.M., Sala, D.C., Fukujima, M.M., Cristina, P., Costa, P.D., Yoshitome, A.Y., & Okuno, M.F. (2021). Personal satisfaction and leisure activities in elderly outpatients. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 23(66826), 1-7.
- Park, J. H., & Kang, S. W. (2023). Social interaction and life satisfaction among older adults by age group. *Healthcare*, 11(22), 2951.
- Park, S., & Kim, J. (2025). Employment status and *life satisfaction* among older adults: disentangling the gendered effects of entering and exiting employment. *Innovation in Aging*, 9(4), 1-9.
- Pöllänen, S. H., & Weissmann-Hanski, M. K. (2020). Hand-made well-being: Textile crafts as a source of eudaimonic well-being. *Journal of Leisure Research*, 51(3), 348-365.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Tangerang Selatan: Pascal Books.
- Rustini, S.A., Widyastuti, M., Sari, N.A., & Nurhayati, C. (2021). Hubungan strategi koping dengan kepuasan hidup lansia di Panti Bhakti Luhur Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 16(2), 138-143.
- SIDesa Provinsi Jawa Tengah. (2021). *Data Kependudukan Desa Gagaksipat*. <https://sidesa.jatengprov.go.id/pemkab/kependudukandes/33.09.11.2004>
- Sohyune, R. S. (2019). Effects of facility adaptation promotion program for Korean older adults in nursing home. *Iranian Journal of Public Health*, 48(11), 2041.
- Song, S.Y., Choi, B., Park, H., & Kang, M. (2023). Employment and *life satisfaction* in later life: The mediating role of subjective expectation. *Innovation in Aging*, 7, 664 - 664.
- Sumanto, S., & Sukamti, S. (2018). Keragaman jenis dan model produk home industry kerajinan tangan sebagai sumber belajar di sekolah dasar. *Sekolah Dasar: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan*, 27(1), 49–58. <https://doi.org/10.17977/um009v27i12018p049>
- Suprpto, S., Mulat, T. C., & Yuriatson. (2022). Kompetensi kader posyandu lansia melalui pelatihan dan pendampingan. *Abdimas Polsaka*, 1(2), 39–44. <https://doi.org/10.35816/abdimaaspolsaka.v1i2.15>
- Wahyuni, E. S., & Prasetyaningsih, R. H. (2020). Pemberdayaan masyarakat dengan aktivitas *leisure*: Community empowerment with *leisure* activities. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 125-136.
- Wibowo, D. A., & Zen, D. N. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap keluarga tentang perawatan arthritis rheumatoid pada lansia di Desa Pamalayan Kecamatan Cijeungjing Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(1). <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i1.1770>