

Kepuasan Hidup Lansia Dalam Perspektif Pembelajaran Seumur Hidup: Tingkat dan Jenis Belajar Nonformal dan Informal di Kota Jayapura

Lusye Howay^{1*}, Inda Puspita Sari², Venthly Angelika³, Dwi Angriyani⁴

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih
E-mail: howaylusi@gmail.com^{1*}

Article Info	Abstract
Article History Received: 2025-12-30 Revised: 2026-03-18 Published: 2026-03-20 Keywords: informal learning; life satisfaction; nonformal learning; older adults	<i>Life satisfaction is an important indicator of older adults' quality of life. One of the factors that may influence life satisfaction is engagement in learning activities. Through continuous learning, older adults can remain active in social life and contribute to future societal development, particularly in the context of increasing life expectancy. This study aims to examine the relationship between the level and types of nonformal and informal learning and life satisfaction among older adults in Jayapura. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional survey involving 267 older adults. Stratified random sampling was applied to represent the large population. Life satisfaction was measured using the Satisfaction with Life Scale (SWLS) developed by Diener et al. (1985). The level and types of nonformal and informal learning were assessed based on adult learning theory proposed by Knowles (1984). Data were analyzed using the Chi-square crosstabulation test. The findings indicate that there is no significant relationship between the level and types of nonformal and informal learning and life satisfaction among older adults. These results suggest that although learning activities may provide psychological and social benefits, life satisfaction in later life is influenced by the interaction of multiple factors, including physical, social, and psychological aspects.</i>
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2025-12-30 Direvisi: 2026-03-18 Dipublikasi: 2026-03-20 Kata kunci: belajar informal; belajar nonformal; kepuasan hidup; lansia	Kepuasan hidup merupakan salah satu indikator penting dalam menilai kualitas hidup lansia. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepuasan hidup adalah aktivitas belajar. Melalui kegiatan pembelajaran yang berkelanjutan, lansia dapat tetap berperan aktif dalam kehidupan sosial dan pembangunan di masa mendatang, seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat dan jenis pembelajaran nonformal dan informal dengan kepuasan hidup lansia di Kota Jayapura. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan total 267 lansia mengambil bagian dalam survei <i>cross sectional</i> . Untuk populasi yang besar, teknik sampling yang digunakan adalah Stratified random sampling. Alat ukur yang digunakan terdiri dari kepuasan hidup The Satisfaction with Life Scale (SWLS) oleh Diener, dkk (1985). Tingkat dan Jenis kegiatan belajar nonformal dan informal menggunakan teori pembelajaran orang dewasa yang dikembangkan oleh Knowles (1984). Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji <i>crosstab chi-square</i> . Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat dan jenis pembelajaran nonformal dan informal dengan kepuasan hidup lansia. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun kegiatan belajar dapat memberikan manfaat psikologis dan sosial, kepuasan hidup lansia tetap dipengaruhi oleh interaksi berbagai aspek fisik, sosial, dan psikologis.

PENDAHULUAN

Kepuasan hidup merupakan indikator penting dalam menilai kualitas hidup lansia (Lou et al., 2022). Kepuasan hidup adalah bentuk penilaian subjektif seseorang

terhadap kehidupannya secara keseluruhan (Diener, 1984). Dalam konteks lansia, kepuasan hidup mencerminkan bagaimana lansia memandang makna, kebahagiaan, dan pencapaian yang telah diraih selama

hidupnya, serta harapan dan kenyamanan dalam menjalani masa tua (Eric S. Kim et al., 2021; Lopez et al., 2024; Tian & Chen, 2022). Penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa lansia dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih stabil, hubungan sosial yang lebih baik, motivasi untuk tetap aktif secara fisik dan kognitif, harapan hidup yang lebih panjang dan bermakna (Liu et al., 2014a; Rodrigues et al., 2023; Saldivia et al., 2023; Yotsidi et al., 2023).

Berbagai faktor mempengaruhi kepuasan hidup, salah satunya adalah keterlibatan dalam kegiatan belajar. Yamashita et al (2017) menemukan bahwa partisipasi dalam kegiatan belajar nonformal secara signifikan berkorelasi positif dengan kepuasan hidup lansia di komunitas perkotaan. Bagi lansia, kegiatan belajar tidak hanya berarti memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga mencakup kesempatan untuk tetap aktif secara kognitif, menjalin hubungan sosial, serta mempertahankan rasa memiliki tujuan hidup (Choi & Cho, 2021; Liu et al., 2014b; Noble et al., 2021). Melalui keterlibatan dalam aktivitas belajar seperti kursus keterampilan, diskusi kelompok, atau kegiatan literasi digital, lansia dapat mengalami peningkatan harga diri, rasa percaya diri, dan perasaan berdaya. Hal ini berkontribusi langsung terhadap peningkatan kepuasan hidup lansia (Lee et al., 2022; Zhu et al., 2025).

Kota Jayapura menunjukkan dinamika demografis yang terus berkembang. Salah satu perubahan yang

signifikan adalah peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (Agus Dwi Darmawan, 2024). Peningkatan ini merupakan cerminan dari peningkatan harapan hidup masyarakat akibat membaiknya layanan kesehatan, pendidikan, dan kualitas hidup secara keseluruhan (Raidi, 2024).

Peningkatan jumlah lansia ini menjadi tantangan sekaligus peluang bagi pemerintah daerah dan komunitas, khususnya dalam hal penyediaan layanan yang responsif terhadap kebutuhan lansia. Beberapa layanan responsif seperti posyandu lansia, komunitas agama, pelatihan kerajinan tangan, dan edukasi kesehatan diberikan kepada lansia, serta program pembelajaran sepanjang hayat (lifelong learning) (Leloltery Ardiles, 2024).

Selain pembelajaran nonformal yang diselenggarakan, terdapat kegiatan belajar yang sifatnya informal karena dilakukan secara mandiri oleh individu, oleh sebab minatnya terhadap pengetahuan dan ketrampilan tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat dan jenis pembelajaran seumur hidup dengan kepuasan hidup lansia di Kota Jayapura, sekaligus memberikan dasar empiris bagi penguatan program pembelajaran sepanjang hayat guna mendorong lansia tetap aktif, produktif, dan berkontribusi dalam pembangunan sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-*

sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai dengan bulan Agustus 2025, pada populasi komunitas lansia di kota Jayapura. Untuk populasi yang besar, teknik sampling yang digunakan adalah *Stratified random sampling*. Metode pengambilan sampel dibagi terlebih dahulu menjadi beberapa strata (lapisan) yang bersifat homogen berdasarkan karakteristik wilayah geografis, kemudian dari setiap strata diambil sampel secara acak sederhana atau acak sistematis sesuai proporsinya dalam populasi (Etikan, 2017).

Adapun Populasi pada penelitian ini adalah Total lansia di kota Jayapura menurut *Indonesia's life expectancy rises* memiliki persentase populasi sebesar 6,77% dari total populasi penduduk kota Jayapura 404.350 (Raidi, 2024). Dengan pengambilan sampel di 4 (empat) distrik, tempat komunitas lansia di kota Jayapura, yakni Jayapura Utara, Jayapura Selatan, Abepura, dan Heram dengan asumsi proporsi lansia seragam di seluruh kota (6,77%). Sampel pada penelitian ini adalah 267 lansia sudah termasuk penambahan sampel 10% untuk mengantisipasi adanya kuesioner yang rusak.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kepuasan hidup *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) oleh Diener, dkk (1985), terdiri dari 5 item dengan skor yang bergerak dari 1-7 (sangat tidak setuju hingga sangat setuju). Jenis kegiatan belajar diukur melalui angket tertutup, dengan menggunakan teori pembelajaran orang dewasa yang dikembangkan oleh Knowles (1984). Aktivitas belajar ini terdiri dari kegiatan belajar nonformal dan kegiatan

belajar informal yang berisi aktivitas belajar yang responden peroleh dalam jangka waktu 6 bulan terakhir. Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *crosstab chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Deskripsi karakteristik responden

Karakteristik	Kategori	f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	98	36,7
	Perempuan	169	63,3
Usia	60-65	116	43,4
	66-70	85	31,8
	>70	66	24,7
Etnis	Papua	141	52,8
	Non Papua	126	47,2

Partisipan pada penelitian ini adalah komunitas lansia yang berada di kota Jayapura. Dimana terdapat 267 responden. Responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan. Dari segi usia, mayoritas responden berada pada kelompok usia awal lansia, diikuti oleh kelompok usia menengah dan lanjut. Sementara itu, berdasarkan etnis, komposisi responden relatif seimbang antara lansia etnis Papua dan non-Papua, dengan sedikit dominasi dari etnis Papua.

Tabel 2. Kegiatan belajar: level dan jenis nonformal, informal

Karakteristik	Kategori	f	%
Tingkat belajar nonformal	Rendah	39	14,6
	Sedang	165	61,8
	Tinggi	63	23,6
Jenis belajar nonformal	Tidak terlibat	13	4,9
	Edukasi kesehatan	39	14,6
	Ketrampilan khusus	16	6,0
	Edukasi kesehatan, senam lansia, dan ketrampilan khusus	111	41,6
	Edukasi kesehatan dan senam lansia	12	4,5
	Edukasi kesehatan	76	28,5

	dan ketrampilan khusus		
Tingkat belajar informal	Rendah	46	17,2
	Sedang	165	61,8
	Tinggi	56	21,0
Jenis belajar informal	Tidak terlibat	21	7,9
	Membaca buku/koran /majalah	18	6,7
	Menonton Tv/ medsos	55	20,6
	Mendapat topik yang disukai dari teman	1	0,4
	Terlibat dalam semua aktivitas belajar informal	81	30,3
	Membaca & menonton	64	24,0
	Membaca & mendapat topik yang disukai dari teman	6	2,2
	Menonton & mendapatkan topik yang disukai dari teman	21	7,9

Berdasarkan Tabel 2, tingkat partisipasi lansia dalam kegiatan belajar nonformal maupun informal secara umum berada pada kategori sedang, dengan proporsi yang lebih kecil pada kategori tinggi dan rendah. Pada jenis belajar nonformal, mayoritas responden terlibat dalam kombinasi kegiatan yang mencakup edukasi kesehatan, senam lansia, dan keterampilan-ketrampilan khusus, sementara hanya sebagian kecil yang tidak terlibat sama sekali. Hal serupa terlihat pada pembelajaran informal, di mana sebagian besar lansia terlibat dalam lebih dari satu jenis aktivitas belajar, terutama kombinasi membaca dan menonton media, serta sebagian lainnya aktif dalam seluruh bentuk pembelajaran informal.

Tabel 3. Distribusi frekuensi dan hubungan kepuasan hidup berdasarkan tingkat belajar nonformal dan informal

Tingkat Belajar	Kategori Kepuasan Hidup Lansia										p-value		
	Sangat Puas		Puas		Sedikit Puas		Netral		Sedikit Tidak Puas			Tidak Puas	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		f	%
Nonformal													
Tinggi	17	27,0	37	58,7	7	11,1	0	0,0	1	1,6	1	1,6	0,671
Sedang	52	31,5	89	53,9	15	9,1	5	3,0	4	2,4	0	0,0	
Rendah	12	30,8	22	56,4	2	5,1	2	5,1	1	2,6	0	0,0	
Informal													
Rendah	12	21,4	38	67,9	3	5,4	0	0,0	3	5,4	0	0,0	
Sedang	53	30,6	94	54,3	17	9,8	6	3,5	2	1,2	1	0,6	0,229
Tinggi	16	42,1	16	42,1	4	10,5	1	2,6	1	2,6	0	0,0	

Berdasarkan Tabel 3, distribusi kepuasan hidup lansia pada setiap kategori tingkat belajar nonformal maupun informal menunjukkan pola yang relatif serupa, dimana mayoritas responden berada pada kategori puas dan sangat puas. Uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat belajar nonformal dengan kepuasan hidup lansia, demikian pula antara tingkat belajar informal dengan kepuasan hidup.

Tabel 4. Distribusi frekuensi dan hubungan kepuasan hidup berdasarkan jenis belajar nonformal dan informal

Jenis Belajar	Kategori Kepuasan Hidup Lansia										p-value		
	Sangat Puas		Puas		Sedikit Puas		Netral		Sedikit Tidak Puas			Tidak Puas	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		f	%
Nonformal													
Tidak terlibat	2	15,4	9	69,2	1	7,7	0	0,0	1	7,7	0	0,0	0,219
Edukasi kesehatan	15	38,5	20	51,3	2	5,1	0	0,0	1	2,6	1	2,6	
Ketrampilan khusus	1	6,3	10	62,5	3	18,8	2	12,5	0	0,0	0	0,0	
Edukasi kesehatan, senam lansia, dan ketrampilan khusus	38	34,2	59	53,2	11	9,9	2	1,8	1	0,9	0	0,0	
Edukasi kesehatan dan senam lansia	5	41,7	6	50,0	0	0,0	0	0,0	1	8,3	0	0,0	
Edukasi kesehatan dan ketrampilan khusus	20	26,3	44	57,9	7	9,2	3	3,9	2	2,6	0	0,0	
Informal													
Tidak terlibat	6	28,6	11	52,4	2	9,5	2	9,5	0	0,0	0	0,0	0,693
Membaca buku/koran /majalah	8	44,4	9	50,0	1	5,6	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Menonton Tv/ medsos	20	36,4	25	45,5	7	12,7	1	1,8	2	3,6	0	0,0	
Mendapat topik yang disukai dari teman	1	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Terlibat dalam semua aktivitas belajar informal	22	27,2	49	60,5	6	7,4	2	2,5	2	2,5	0	0,0	
Membaca & menonton	16	25,0	37	57,8	7	10,9	2	3,1	1	1,6	1	1,6	
Membaca & mendapat topik yang disukai dari teman	5	83,3	1	16,7	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Menonton & mendapat topik yang disukai dari teman	3	14,3	16	76,2	1	4,8	0	0,0	1	4,8	0	0,0	

Berdasarkan Tabel 4 sebagian besar lansia pada berbagai jenis kegiatan belajar nonformal maupun informal menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang berada pada kategori puas hingga sangat puas. Pola ini terlihat baik pada lansia yang mengikuti satu jenis kegiatan maupun yang terlibat dalam kombinasi beberapa aktivitas belajar. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis belajar nonformal maupun jenis belajar informal dengan tingkat kepuasan hidup lansia.

Secara umum, karakteristik responden menunjukkan keberagaman yang cukup representative dari komunitas lansia yang diteliti. Responden dalam penelitian ini didominasi oleh Perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa partisipasi lansia perempuan dalam penelitian ini lebih besar dibandingkan laki-laki, yang sejalan dengan fenomena demografi bahwa angka harapan hidup perempuan umumnya lebih tinggi (United Nations, 2022).

Mayoritas responden berada pada kelompok usia awal lansia. Kondisi ini menunjukkan bahwa kelompok lansia yang masih berada pada fase awal penuaan cenderung lebih aktif dan lebih mudah dijangkau dalam kegiatan penelitian maupun aktivitas komunitas. (Xu & Ye, 2026; Yang & Chen, 2025).

Berdasarkan karakteristik etnis, komposisi responden dalam penelitian ini menunjukkan distribusi yang relatif seimbang antara lansia etnis Papua dan non-Papua, dengan sedikit dominasi dari etnis Papua. Penelitian demografi menunjukkan bahwa wilayah Papua

merupakan daerah yang secara etnis sangat heterogen, dengan keberadaan berbagai kelompok etnis lokal maupun migran yang hidup berdampingan dalam kehidupan sosial Masyarakat (Agus Dwi Darmawan, 2024).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa tingkat partisipasi lansia dalam kegiatan belajar nonformal maupun informal secara umum berada pada kategori sedang, dengan proporsi yang lebih kecil pada kategori tinggi dan rendah. Kondisi ini menggambarkan bahwa lansia masih memiliki keterlibatan yang cukup aktif dalam aktivitas pembelajaran sepanjang hayat, meskipun intensitasnya bervariasi. Pada jenis belajar nonformal, mayoritas responden terlibat dalam kombinasi kegiatan seperti edukasi kesehatan, senam lansia, serta pelatihan keterampilan khusus. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa program pendidikan kesehatan, aktivitas fisik, dan pelatihan keterampilan merupakan bentuk pembelajaran nonformal yang umum diikuti oleh lansia untuk mempertahankan kesehatan dan kemandirian mereka (Formosa, 2014; Yamashita et al., 2017).

Sementara itu, pada pembelajaran informal, keterlibatan lansia dalam aktivitas membaca, menonton media, serta berdiskusi dengan orang lain menunjukkan bahwa proses belajar pada usia lanjut juga banyak terjadi melalui aktivitas sehari-hari yang bersifat mandiri dan tidak terstruktur. Aktivitas belajar informal tersebut diketahui dapat berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis dan

kepuasan hidup lansia karena memberikan kesempatan untuk terus memperoleh informasi, berinteraksi sosial, dan menjaga fungsi kognitif (Flauzino et al., 2021).

Berdasarkan hasil analisis, distribusi kepuasan hidup lansia pada berbagai tingkat belajar nonformal maupun informal menunjukkan pola yang relatif serupa, di mana sebagian besar responden berada pada kategori puas dan sangat puas. Hasil uji Chi-Square juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat belajar nonformal maupun informal dengan kepuasan hidup lansia. Temuan ini menunjukkan bahwa kepuasan hidup pada lansia tidak hanya dipengaruhi oleh partisipasi dalam kegiatan pembelajaran, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti kondisi kesehatan, dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan relasi keluarga. Beberapa penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa partisipasi dalam aktivitas belajar pada usia lanjut tidak selalu secara langsung berkorelasi dengan kepuasan hidup, karena kesejahteraan lansia merupakan konsep multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai aspek psikososial dan Kesehatan (Diener et al., 2017; Yamashita et al., 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mengikuti berbagai jenis kegiatan belajar nonformal maupun informal memiliki tingkat kepuasan hidup pada kategori puas hingga sangat puas. Pola ini terlihat baik pada lansia yang hanya mengikuti satu jenis kegiatan maupun yang terlibat dalam kombinasi beberapa aktivitas belajar. Namun demikian, hasil uji Chi-Square

menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kegiatan belajar nonformal maupun informal dengan tingkat kepuasan hidup lansia. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepuasan hidup pada usia lanjut tidak hanya dipengaruhi oleh jenis aktivitas belajar yang diikuti, tetapi juga oleh berbagai faktor multidimensional seperti kesehatan fisik, kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari, dukungan sosial, serta kondisi ekonomi dan keluarga. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kepuasan hidup merupakan salah satu indikator utama kesejahteraan subjektif pada lansia dan dipengaruhi oleh berbagai aspek psikososial dan kesehatan, termasuk partisipasi sosial dan kondisi kesehatan individu (Alumona et al., 2026). Selain itu, keterlibatan dalam aktivitas sosial maupun komunitas diketahui dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif lansia, meskipun hubungan tersebut tidak selalu menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan hidup dalam setiap konteks penelitian (Chen & Zhang, 2022).

Hal ini menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan belajar atau aktivitas sosial dapat memberikan manfaat psikologis dan sosial bagi lansia, namun kepuasan hidup tetap dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor yang lebih luas, seperti kesehatan, hubungan keluarga, dan kondisi lingkungan tempat tinggal (Fonseca et al., 2024). Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa kepuasan hidup pada lansia merupakan konstruksi multidimensional yang tidak hanya ditentukan oleh

keterlibatan dalam aktivitas belajar, tetapi juga oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan fisik, sosial, dan psikologis pada usia lanjut

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi lansia dalam kegiatan belajar nonformal dan informal umumnya berada pada kategori sedang, dengan keterlibatan pada berbagai aktivitas seperti edukasi kesehatan, senam lansia, pelatihan keterampilan, serta pembelajaran mandiri melalui membaca, menonton media, dan diskusi. Sebagian besar lansia memiliki tingkat kepuasan hidup pada kategori puas hingga sangat puas. Namun, hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat maupun jenis kegiatan belajar dengan kepuasan hidup lansia. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepuasan hidup pada lansia merupakan konstruksi multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti kondisi kesehatan, dukungan sosial, hubungan keluarga, kondisi ekonomi, serta lingkungan tempat tinggal. Dengan demikian, meskipun kegiatan belajar dapat memberikan manfaat psikologis dan sosial, kepuasan hidup lansia tetap dipengaruhi oleh interaksi berbagai aspek fisik, sosial, dan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Dwi Darmawan. (2024). *Mayoritas Penduduk Kota Jayapura pada 2024 Adalah Usia Produktif*.
Alumona, C. J., Scott, D. R., Aladejebi, T., Kalu, M. E., Onyeso, O. K., Odole, A. C., Vogelsang, L., Singleton, J., & Awosoga, O. A. (2026). Association between life

satisfaction and health behaviours among older adults: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 23(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s12966-026-01877-1>

Chen, L., & Zhang, Z. (2022). Community Participation and Subjective Well-Being of Older Adults: The Roles of Sense of Community and Neuroticism. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph19063261>

Choi, I., & Cho, S. R. (2021). A case study of active aging through lifelong learning: Psychosocial interpretation of older adult participation in evening schools in Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph18179232>

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. In *Psychological Bulletin* (Vol. 95, Number 3). <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., & Oishi, S. (2017). Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology*, 58(2), 87–104. <https://doi.org/10.1037/cap0000063>

Eric S. Kim, Scott. W Delaney, Louis Tay, Ying Chen, Ed Diener, & Tyler J. Vanderweele. (2021). Life Satisfaction and Subsequent Physical, Behavioral, and Psychosocial Health in Older Adults. In *The Milbank Quarterly* (Vol. 99, Number 1). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1468-0009.12497>

Etikan, I. (2017). Sampling and Sampling Methods. *Biometrics & Biostatistics*

- International Journal*, 5(6).
<https://doi.org/10.15406/bbij.2017.05.00149>
- Flauzino, K. de L., Gil, H. M. P. T., Batistoni, S. S. T., Costa, M. O., & Cachioni, M. (2021). Lifelong learning activities for older adults: a scoping review protocol. *Research, Society and Development*, 10(14), e143101421947.
<https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21947>
- Fonseca, C. N., Teixeira, M., Caetano, A. P., & Rodrigues, P. F. S. (2024). Satisfação com a vida, bem-estar e felicidade em pessoas idosas com e sem apoio formal. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 10(1).
<https://doi.org/10.31211/rpics.2024.10.1.333>
- Formosa, M. (2014). *Four decades of Universities of the Third Age: past, present, future*.
<http://journals.cambridge.org>
- Lee, H., Lim, J. A., & Nam, H. K. (2022). Effect of a Digital Literacy Program on Older Adults' Digital Social Behavior: A Quasi-Experimental Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19).
<https://doi.org/10.3390/ijerph191912404>
- Leloltery Ardiles. (2024, April 29). Dinkes Jayapura Harap Posyandu Prima beri layanan berkesinambungan. *Antara Papua*.
- Liu, Z., Li, L., Huang, J., Qian, D., Chen, F., Xu, J., Li, S., Jin, L., & Wang, X. (2014a). Association between subjective well-being and exceptional longevity in a longevity town in China: A population-based study. *Age*, 36(3), 1471–1481.
<https://doi.org/10.1007/s11357-014-9632-5>
- Liu, Z., Li, L., Huang, J., Qian, D., Chen, F., Xu, J., Li, S., Jin, L., & Wang, X. (2014b). Association between subjective well-being and exceptional longevity in a longevity town in China: A population-based study. *Age*, 36(3), 1471–1481.
<https://doi.org/10.1007/s11357-014-9632-5>
- Lopez, J., Perez-Rojo, G., Noriega, C., Sánchez-Cabaco, A., Sitges, E., & Bonete, B. (2024). Quality-of-life in older adults: its association with emotional distress and psychological wellbeing. *BMC Geriatrics*, 24(1).
<https://doi.org/10.1186/s12877-024-05401-7>
- Lou, Y., Xu, L., Carlsson, M., Lan, X., & Engström, M. (2022). Quality of life of older people in nursing homes in China—evaluation and application of the Chinese version of the life satisfaction questionnaire. *BMC Geriatrics*, 22(1).
<https://doi.org/10.1186/s12877-022-03040-4>
- Noble, C., Medin, D., Quail, Z., Young, C., & Carter, M. (2021). How Does Participation in Formal Education or Learning for Older People Affect Wellbeing and Cognition? A Systematic Literature Review and Meta-Analysis. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 7.
<https://doi.org/10.1177/2333721420986027>
- Raidi. (2024, November 16). Indonesia's Life Expectancy Rises to 74.15 Years in 2024, Statistics Agency Reports. *Indonesia Sentinel*.
- Rodrigues, F., Jacinto, M., Couto, N., Monteiro, D., Monteiro, A. M., Forte, P., & Antunes, R. (2023). Motivational Correlates, Satisfaction with Life, and Physical Activity in Older Adults: A Structural Equation Analysis. *Medicina (Lithuania)*, 59(3).
<https://doi.org/10.3390/medicina59030599>

- Saldivia, S., Aslan, J., Cova, F., Bustos, C., Inostroza, C., & Castillo-Carreño, A. (2023). Life satisfaction, positive affect, depression and anxiety symptoms, and their relationship with sociodemographic, psychosocial, and clinical variables in a general elderly population sample from Chile. *Frontiers in Psychiatry, 14*. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1203590>
- Tian, H., & Chen, J. (2022). Study on Life Satisfaction of the Elderly Based on Healthy Aging. *Journal of Healthcare Engineering, 2022*, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2022/8343452>
- United Nations. (2022). *World Population Prospects 2022*.
- Xu, C., & Ye, J. (2026). Factors influencing older adults' participation in community volunteering service in China: a logistic regression and fsQCA perspective. *Scientific Reports, 16*(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-28669-0>
- Yamashita, T., López, E. B., Stevens, J., & Keene, J. R. (2017). Types of Learning Activities and Life Satisfaction among Older Adults in Urban Community-Based Lifelong Learning Programs. *Activities, Adaptation and Aging, 41*(3), 239–257. <https://doi.org/10.1080/01924788.2017.1310583>
- Yang, X., & Chen, Q. (2025). Can Public Elderly Care Services Promote Social Participation Among Rural Older Adults? *Sustainability (Switzerland), 17*(21). <https://doi.org/10.3390/su17219590>
- Yotsidi, V., Gournellis, R., Alexopoulos, P., & Richardson, C. (2023). Life Satisfaction in a Clinical and a Nonclinical Group of Older People: The Role of Self-Compassion and Social Support. *Gerontology and Geriatric Medicine, 9*. <https://doi.org/10.1177/23337214231164890>
- Zhu, W., Mat Jusoh, N. H., Alan, R., Latip, M., & Md Saad, J. (2025). Unlocking Self-Esteem in Older Adults: A Conceptual Exploration of Technological Proficiency and Its Effects. *Behavioral Sciences, 15*(3), 306. <https://doi.org/10.3390/bs15030306>