

# JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

## Pengaruh Tingkat Kebahagiaan dan Biaya Berobat terhadap Efektivitas Program Klub Kesehatan pada Kalangan Peserta Lansia di Bandung, Indonesia

### *Effect of happiness level and cost of treatment on the effectiveness of Health Club Program among elderly participants in Bandung, Indonesia*

Imam Munandar\*, Haddan Dongoran, Rahadian Malik, Vip Paramarta,  
Ayu Laili Rahmiyati, Kosasih

Magister Manajemen, Universitas Sangga Buana YPKP Bandung, Bandung, Indonesia

#### Article Info

##### Article History

Received: 24 Mei 2026

Revised: 23 Jun 2026

Accepted: 30 Jun 2026

#### ABSTRACT / ABSTRAK

*The importance of improving the quality of life of the elderly through the fulfillment of psychological and social well-being. This study aims to analyze the effect of happiness levels and treatment costs, partially or simultaneously, on the effectiveness of coaching in Sentot Alibasyah Health Club Bandung. This type of research is quantitative through cross-sectional design. Sampling using purposive sampling technique and obtained as many as 37 respondents. The Data were analyzed using descriptive statistics and multiple linear regression analysis. The results of descriptive analysis showed that the majority of respondents were in the happy category with a relatively homogeneous level of happiness, and had a positive perception of the effectiveness of the coaching program. The level of happiness proved to be the most dominant factor, a positive and significant effect on the effectiveness of coaching ( $\beta = 0.721$ ,  $p = 0.000$ ), while the variable cost of treatment has no effect ( $-0.085$ ,  $p = 0.082$ ). But simultaneously, the level of happiness and the cost of treatment significantly affect the effectiveness of coaching with the value of P-Value (0.000). Both independent variables were able to explain 48.3% of the variation in changes in the effectiveness of the Elderly Health Club program. Health club management is advised to prioritize psychosocial-based programs to maintain a climate of participant happiness in order to optimize the effectiveness of coaching.*

**Keywords:** *level of happiness, cost of treatment, coaching effectiveness*

Pentingnya peningkatan kualitas hidup lansia melalui pemenuhan kesejahteraan psikologis dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tingkat kebahagiaan dan biaya berobat, secara parsial maupun simultan, terhadap efektivitas pembinaan di Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Jenis penelitian yaitu kuantitatif melalui rancangan *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 37 responden. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan analisis regresi linear berganda. Hasil analisis deskriptif menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori bahagia dengan tingkat kebahagiaan relatif homogen, serta memiliki persepsi positif terhadap efektivitas program pembinaan. Tingkat kebahagiaan terbukti menjadi faktor yang paling dominan, berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas pembinaan ( $\beta = 0,721$ ,  $p = 0,000$ ), sedangkan variabel biaya berobat tidak memiliki pengaruh ( $\beta = -0,085$ ,  $p = 0,082$ ). Namun secara simultan, tingkat kebahagiaan dan biaya berobat berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pembinaan dengan nilai P-Value (0,000). Kedua variabel independen mampu menjelaskan 48,3% variasi perubahan pada efektivitas program klub kesehatan lansia. Manajemen klub kesehatan disarankan untuk memprioritaskan program berbasis psikososial guna menjaga iklim kebahagiaan peserta demi mengoptimalkan efektivitas pembinaan.

**Kata kunci:** Tingkat kebahagiaan, biaya berobat, efektivitas pembinaan

#### Corresponding Author:

Name : Imam Munandar

Affiliate : Magister Manajemen, Program Pascasarjana Universitas Sangga Buana YPKP Bandung, Indonesia

Address : Jl. Khp Hasan Mustopa No.68, Sukaluyu, Kec. Cibeunying Kaler, Kota Bandung, Jawa Barat 40123

Email : imammunandar13841@gmail.com

## PENDAHULUAN

Transisi demografis yang ditandai dengan peningkatan populasi lanjut usia di Indonesia membawa tantangan kompleks bagi sektor kesehatan masyarakat, khususnya di wilayah perkotaan seperti Bandung. Memasuki fase lansia, individu secara alamiah mengalami kemunduran fungsi fisiologis dan peningkatan kerentanan terhadap multimorbiditas penyakit kronis serta degeneratif (Handajani et al., 2024). Penurunan kapasitas fisik ini tidak hanya membatasi mobilitas, tetapi juga memicu penurunan kemandirian yang berujung pada merosotnya kualitas hidup secara drastic (Dian et al., 2025). Fenomena ini menuntut adanya pergeseran paradigma intervensi kesehatan dari yang semula berorientasi kuratif-medis murni menjadi pendekatan pemeliharaan kesehatan yang lebih preventif, holistik, dan berbasis komunitas.

Di samping manajemen fisik, dimensi mental emosional yang direpresentasikan melalui tingkat kebahagiaan kini diakui sebagai salah satu determinan utama dalam mewujudkan *healthy aging* (Nadkarni et al., 2024). Secara teoritis, kebahagiaan bertindak sebagai pelindung psikologis (*psychological buffer*) yang memitigasi stres emosional, kecemasan, dan depresi yang rentan muncul pascamas pensiun. Studi yang dilakukan oleh Martín-María et al. (2017) membuktikan bahwa individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan tingkat kebahagiaan yang berfungsi sebagai proteksi sistemik terhadap berbagai penyebab mortalitas. Lebih lanjut, rasa kepuasan hidup secara keseluruhan terafiliasi dengan penurunan risiko penyakit kardiovaskular akut sebesar 10–21% (Salam et al., 2021). Kondisi emosional yang positif ini esensial untuk meningkatkan regulasi imunitas biologi tubuh lansia.

Meskipun intervensi psikososial potensial diterapkan, realitas empiris menunjukkan bahwa lansia kerap menghadapi hambatan struktural berupa tingginya beban biaya berobat. Kebutuhan akan pemeriksaan medis rutin, terapi jangka panjang, hingga konsumsi obat-obatan berkelanjutan menempatkan pengeluaran finansial sebagai beban krusial yang dapat memicu risiko pengeluaran kesehatan katastrofik (*catastrophic health expenditure*) (Keane et al., 2025). Dari perspektif ekonomi kesehatan, aktivitas fisik kelompok di komunitas sebenarnya berpotensi mereduksi pembengkakan ini (Daniele et al., 2022). Partisipasi aktif lansia dalam kegiatan fisik preventif dilaporkan mampu menghemat biaya kesehatan tahunan hingga mencapai 60% melalui penekanan tingkat keparahan penyakit (Won et al., 2020), serta menghemat pengeluaran medis sebesar \$1.186 pada tahun kedua program.

Sebagai langkah konkret untuk menyinergikan kebutuhan fisik, mental, dan stabilitas finansial tersebut, institusi layanan kesehatan seperti Yakes Telkom menyelenggarakan program institusional berupa klub kesehatan lansia. Sebagai langkah awal penelitian, sebuah studi pendahuluan telah dilaksanakan pada bulan Juli 2025 melalui survei terhadap 152 responden dari perwakilan klub kesehatan seluruh Indonesia. Hasil studi pendahuluan tersebut merekam bahwa 94,7% peserta menilai aktivitas fisik senam sudah sesuai dengan kebutuhan mereka. Namun, studi pendahuluan ini juga menangkap adanya ruang ketidakpuasan dan ambivalensi dari sebagian kecil lansia yang belum memahami orientasi dan relevansi latihan terhadap kondisi fisik mereka. Temuan ini menegaskan bahwa efektivitas program pembinaan di tingkat lokal tidak dapat diukur secara seragam dan memerlukan indikator evaluasi yang jauh lebih komprehensif.

Meskipun pengaruh aktivitas fisik dan kebahagiaan terhadap kesehatan lansia telah diakui secara luas, sebagian besar studi terdahulu cenderung memperlakukan dimensi psikologis dan aspek ekonomi finansial sebagai entitas independen yang terisolasi (Bakhtiyary et al., 2024). Terdapat keterbatasan literatur yang mengintegrasikan kedua klaster variabel ini dalam satu model evaluasi program kesehatan komunitas. Belum ada penelitian yang menguji hubungan kebahagiaan dan biaya berobat terhadap efektivitas pembinaan klub kesehatan pada lansia. Kesenjangan inilah yang menjadi inti kebaruan dalam penelitian ini. Faktor kebahagiaan (psikologis) dan biaya berobat (ekonomi) pada kenyataannya saling berinteraksi secara simultan dalam menentukan kapasitas adaptasi, tingkat kehadiran, serta bagaimana seorang lansia menginternalisasi kemanfaatan dari program pembinaan yang diikutinya.

Berdasarkan kesenjangan ilmu tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memotret kondisi objektif serta menganalisis pengaruh tingkat kebahagiaan dan biaya berobat, baik secara parsial maupun simultan, terhadap efektivitas program Klub Kesehatan Sentot Alibasyah pada kalangan peserta lansia di Bandung, Indonesia. Hasil pengujian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis baru dalam khazanah evaluasi program kesehatan lansia berbasis interaksi psikososial-ekonomi, sekaligus memberikan rekomendasi empiris yang aplikatif bagi manajemen institusi dalam merumuskan kebijakan layanan kesehatan pensiunan yang berkelanjutan.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan metode analitik observasional menggunakan rancangan *cross-sectional study* untuk mengidentifikasi pengaruh antar variabel pada waktu tertentu. Penelitian dilaksanakan di Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung, pada periode Oktober-November 2025. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria sampel meliputi: (1) peserta merupakan anggota aktif Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung, (2) telah mengikuti program pembinaan minimal selama satu periode kegiatan, (3) bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner penelitian secara lengkap, serta (4) memiliki data biaya berobat yang tercatat dalam dokumen administrasi kesehatan. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh 37 orang responden yang memenuhi persyaratan untuk dijadikan sampel penelitian, sehingga tidak seluruh anggota populasi dapat dijadikan sampel karena adanya kriteria inklusi yang harus dipenuhi.

Penelitian ini melibatkan tiga variabel, yaitu tingkat kebahagiaan ( $X_1$ ) dan biaya berobat ( $X_2$ ) sebagai variabel independen, serta efektivitas pembinaan ( $Y$ ) sebagai variabel dependen. Variabel Tingkat Kebahagiaan ( $X_1$ ) didefinisikan sebagai bentuk kesejahteraan subjektif individu yang mencerminkan kepuasan hidup serta dominasi perasaan positif dibandingkan perasaan negatif. Variabel ini diukur menggunakan General Happiness Scale dengan skala Likert tujuh tingkat. Dimensi pengukuran meliputi kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif, yang dijabarkan ke dalam indikator berupa perasaan puas terhadap kehidupan, perasaan bahagia dalam keseharian, rasa nyaman dalam mengikuti kegiatan klub kesehatan, serta rendahnya frekuensi perasaan sedih, tertekan, atau cemas.

Variabel Biaya Berobat ( $X_2$ ) didefinisikan sebagai seluruh pengeluaran yang dikeluarkan peserta untuk pelayanan kesehatan, pengobatan, pemeriksaan medis, dan pembelian obat-obatan dalam periode tertentu. Variabel ini diukur menggunakan skala rasio berdasarkan data

keuangan aktual yang tercatat dalam dokumen administrasi kesehatan. Penggunaan skala rasio memungkinkan perbandingan nilai biaya secara absolut dan proporsional antar responden. Variabel Efektivitas Pembinaan (Y) didefinisikan sebagai tingkat keberhasilan program pembinaan klub kesehatan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Variabel ini diukur berdasarkan persepsi peserta terhadap manfaat program, tingkat partisipasi, dan kepuasan terhadap pelaksanaan pembinaan. Pengukuran dilakukan menggunakan skala Likert dengan rentang penilaian 1 sampai 10 melalui kuesioner terstruktur.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui kuesioner kepada anggota Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Instrumen pengukuran diuji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* ( $r_{hitung} > r_{tabel}$ ) dan reliabilitas Cronbach's  $\alpha$  ( $> 0,7$ ). Data sekunder diperoleh dari dokumen pendukung yang tersedia di Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung seperti catatan keuangan, laporan klaim kesehatan, serta arsip administrasi kesehatan peserta. Analisis data dilakukan secara bertahap menggunakan SPSS. Analisis deskriptif menghitung mean, median, standar deviasi, serta mengklasifikasikan variabel ke dalam beberapa kategori. Uji asumsi klasik mencakup normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, multikolonieritas dengan membandingkan nilai toleransi dan VIP serta heterokedastisitas menggunakan uji Glejser.

Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda untuk menganalisis pengaruh tingkat kebahagiaan ( $X_1$ ) dan biaya berobat ( $X_2$ ) secara parsial maupun simultan terhadap efektivitas pembinaan (Y). Uji t (Uji Parsial) digunakan untuk menguji Signifikansi pengaruh masing-masing variabel independen secara individu terhadap variabel dependen. Sementara Uji F (Uji Simultan) digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Dilanjutkan perhitungan Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) untuk mengukur seberapa besar variasi variabel efektivitas pembinaan dapat dijelaskan oleh variabel tingkat kebahagiaan dan biaya berobat dalam model regresi.

Penelitian ini telah memenuhi standar etika penelitian, setiap responden diberikan *informed consent* tertulis yang menjelaskan tujuan penelitian, prosedur pengisian kuesioner, jaminan kerahasiaan data, serta hak untuk menarik diri kapan saja tanpa mempengaruhi pelayanan medis yang diterima. Prinsip *beneficence*, *non-maleficence*, dan *justice* diterapkan secara konsisten sepanjang penelitian.

## HASIL

Deskripsi karakteristik responden dianalisis berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status pernikahan, lama bergabung dalam klub kesehatan, serta frekuensi mengikuti kegiatan yang disajikan secara rinci pada tabel 1.

Profil responden pada tabel 1, menunjukkan bahwa penelitian ini melibatkan kelompok pensiunan lansia yang masih aktif secara sosial dan memiliki kepedulian tinggi terhadap kesehatan. Komposisi jenis kelamin berada pada proporsi yang relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan. Mayoritas responden berada pada rentang usia lansia awal hingga pertengahan, yaitu periode transisi pascapensiun di mana kesadaran untuk menjaga kebugaran fisik cenderung meningkat. Dari aspek latar belakang, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah hingga tinggi, yang mengindikasikan kapasitas pemahaman yang baik terhadap pentingnya aktivitas fisik dan pemeliharaan kesehatan preventif. Sebagian besar responden berstatus menikah, mencerminkan adanya sistem dukungan keluarga yang kuat

dalam menjalani program kesehatan. Selain itu, loyalitas peserta tergolong sangat baik, di mana mayoritas responden telah menjadi anggota klub kesehatan selama lebih dari satu tahun. Komitmen ini diperkuat oleh data frekuensi keikutsertaan yang didominasi oleh peserta aktif yang rutin mengikuti kegiatan senam dan pembinaan kelompok secara berkala.

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden Lansia (n = 37)

Karakteristik Responden		n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	18	48,6
	Perempuan	19	51,4
Usia	55-54 tahun	22	59,5
	65-74 tahun	15	40,5
Tingkat pendidikan	Pendidikan dasar	4	10,8
	Pendidikan menengah	20	54,1
	Pendidikan tinggi	13	35,1
Status pernikahan	Menikah	31	83,8
	Janda/ Duda	6	16,2
Lama bergabung	≤ 1 tahun	8	21,6
	> 1 tahun	29	78,4
Frekuensi keikutsertaan	Jarang	5	13,5
	Aktif	32	86,5

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Berdasarkan tanggapan responden kegiatan Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung dinilai positif dengan beberapa manfaat yang diperoleh diantaranya yaitu:

1. Manfaat aktivitas fisik melalui senam rutin, pemeriksaan kesehatan berkala, dan edukasi kesehatan yang terstruktur dan sesuai kebutuhan lansia.
2. Manfaat interaksi sosial memberikan kesempatan untuk bertemu, berkomunikasi, dan menjalin hubungan erat dengan sesama peserta, mengurangi rasa kesepian, meningkatkan kebersamaan, dan memberikan dukungan emosional antar anggota.
3. Manfaat kesehatan fisik dan kebahagiaan dalam meningkatkan kebugaran, mengurangi keluhan kesehatan, meningkatkan kesadaran pola hidup sehat, serta meningkatkan kepuasan hidup, semangat, dan optimisme dalam menjalani masa pension.

Hal ini menunjukkan bahwa klub kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis peserta, sehingga program yang berjalan telah memenuhi harapan peserta dan berkontribusi positif terhadap kebahagiaan serta efektivitas pembinaan.

Kondisi objektif dari tingkat kebahagiaan dan biaya berobat peserta Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif. Pendekatan ini difungsikan untuk memotret dan memaparkan situasi nyata yang terjadi pada setiap variabel secara faktual pada saat studi ini diselenggarakan.

Secara keseluruhan, hasil pada tabel 2 mengindikasikan bahwa tingkat kebahagiaan responden dalam penelitian ini tergolong tinggi, yang ditandai dengan dominasi kategori bahagia. Kondisi ini mencerminkan bahwa responden secara umum memiliki persepsi positif terhadap kehidupan yang dijalani.

**Tabel 2.** Gambaran Tingkat Kebahagiaan Peserta Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung (n=37)

Variabel		n	%
Tingkat Kebahagiaan	Bahagia	30	81,1
	Cukup Bahagia	6	16,2
	Tidak Bahagia	1	2,7

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

**Tabel 3.** Perbandingan Nilai Median Biaya Berobat Lansia Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung Menurut Kategori Kebahagiaan (n = 37)

Kategori	n	%	Rata-Rata Biaya Berobat
Bahagia	30	81,1	Rp1,314,387
Cukup Bahagia	6	16,2	Rp3,695,813
Tidak Bahagia	1	2,7	Rp1,150,941

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Data diatas menunjukkan kelompok cukup bahagia memiliki rata-rata tengah pengeluaran medis tertinggi, diikuti oleh kelompok bahagia, dan kelompok tidak bahagia yang paling rendah. Ketidakmerataan ini mengindikasikan adanya variasi kebutuhan layanan kesehatan (tabel 3).

Dalam penelitian ini analisis dilakukan untuk melihat pengaruh secara parsial maupun simultan pada tingkat kebahagiaan ( $X_1$ ) dan biaya berobat ( $X_2$ ) terhadap efektivitas pembinaan (Y) melalui Persamaan Regresi Berganda untuk menjawab hipotesis penelitian, pengujian dilakukan dengan Uji T dan Uji F sebagai berikut.

**Tabel 4.** Hasil Uji T Parsial

Variabel	T hitung	p-Value	Keputusan Hipotesis ( $H_a$ )
Tingkat Kebahagiaan ( $X_1$ )	4.915	0.000	Diterima
Biaya Berobat ( $X_2$ )	-1.805	0.082	Ditolak

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa tingkat kebahagiaan merupakan faktor kunci yang berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel dependen, sehingga hipotesis penelitiannya diterima. Sebaliknya, biaya berobat tidak memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik, sehingga hipotesisnya ditolak. Dengan demikian, perubahan pada variabel efektivitas pembinaan lebih ditentukan oleh fluktuasi tingkat kebahagiaan dibandingkan dengan biaya berobat (tabel 4).

**Tabel 5.** Hasil Uji F Simultan

Variabel	F hitung	p-Value	Keputusan Hipotesis ( $H_a$ )
Tingkat Kebahagiaan ( $X_1$ ) Biaya Berobat ( $X_2$ ) Terhadap Efektivitas Pembinaan (Y)	13.581	0.000	Diterima

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Setelah mengetahui pengaruh yang diberikan oleh masing-masing variabel secara parsial, langkah analisis selanjutnya adalah melihat keterkaitan variabel-variabel tersebut

secara bersama-sama. Pengujian ini dilakukan melalui uji F (simultan) dilihat pada tabel 5. Berdasarkan hasil pengujian secara bersama-sama, ditemukan bahwa kombinasi dari seluruh variabel independen yang diteliti memiliki dampak yang nyata terhadap variabel dependen. Hubungan antara tingkat kebahagiaan dan biaya berobat terbukti memberikan kontribusi yang signifikan dalam menentukan variasi tingkat efektivitas pembinaan. Hasil ini menjelaskan bahwa meskipun secara mandiri biaya berobat tidak menunjukkan pengaruh yang berarti, namun ketika dipadukan dengan tingkat kebahagiaan, kedua faktor tersebut secara sistemik menjadi penentu penting dalam mengoptimalkan efektivitas pembinaan yang dilakukan.

Untuk mengukur seberapa besar persentase variasi nilai variabel dependen yang mampu dijelaskan oleh variasi variabel-variabel independen di dalam model, dilakukan analisis koefisien determinasi. Hasil ringkasan kesesuaian model (model summary) regresi disajikan secara terpisah pada tabel 6 berikut.

**Tabel 6. Hasil Ringkasan Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Model	R Square ( $R^2$ )
Tingkat Kebahagiaan ( $X_1$ ) dan Biaya Berobat ( $X_2$ ) Terhadap Efektivitas Pembinaan (Y)	0,483

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Nilai R Square ( $R^2$ ) sebesar 0,483 ini mengindikasikan bahwa sebesar 48,3% variasi atau perubahan pada tingkat Efektivitas Program Klub Kesehatan (Y) pada kalangan peserta lansia dapat dijelaskan secara simultan oleh kombinasi variabel tingkat kebahagiaan ( $X_1$ ) dan biaya berobat ( $X_2$ ).

## PEMBAHASAN

Tingkat kebahagiaan yang cukup tinggi mencerminkan bahwa peserta memiliki kondisi psikologis yang stabil dan sejahtera secara merata. Kondisi emosional yang positif dan bebas dari kesenjangan menjadi modal utama bagi kelancaran program di Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Ketika individu merasa bahagia, mereka akan memiliki energi psikologis yang cukup untuk berpartisipasi aktif, menunjukkan keterbukaan pikiran yang lebih besar, serta memiliki kapasitas adaptasi yang baik terhadap materi pembinaan yang diberikan (Ortiz-Meillón et al., 2024). Lingkungan komunitas yang dibentuk dalam klub berhasil menciptakan atmosfer yang suportif dan inklusif bagi seluruh anggotanya (Safitri, 2026).

Dampak positif dari kebahagiaan terhadap penerimaan suatu program atau efektivitas kinerja selaras dengan temuan positive psychology. Penelitian yang dilakukan oleh (Nange et al., 2025) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kebahagiaan yang tinggi memiliki motivasi internal, semangat berkontribusi, serta kemampuan interaksi interpersonal yang jauh lebih baik dalam ekosistem layanan kesehatan. Selain itu, studi mengenai dinamika pelatihan oleh (Bellet et al., 2024) turut mengonfirmasi bahwa emosi positif berperan sebagai katalisator utama dalam meningkatkan fokus, daya serap informasi, serta komitmen peserta terhadap tujuan pembinaan yang ingin dicapai. Dengan demikian, pemeliharaan tingkat kebahagiaan yang merata di kalangan peserta merupakan strategi krusial untuk menjamin keberlanjutan dan keberhasilan program pembinaan kesehatan secara optimal.

Tingginya variabilitas pada biaya berobat dalam penelitian ini mencerminkan adanya kesenjangan finansial dan perbedaan kebutuhan medis yang mencolok di antara para peserta Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Sebagian anggota mungkin hanya memerlukan perawatan preventif dengan biaya minimal, sementara sebagian lainnya harus menanggung beban finansial yang besar untuk penanganan kuratif. Meskipun terdapat disparitas pengeluaran yang sangat kontras, hasil pengujian statistik membuktikan bahwa faktor ekonomi ini tidak memiliki kontribusi langsung dalam menentukan keberhasilan proses pembinaan. Hal ini mengindikasikan bahwa aksesibilitas dan kemanfaatan dari program bimbingan kesehatan yang diselenggarakan mampu diterima secara adil dan merata oleh seluruh peserta, tanpa terhalang oleh status finansial maupun beban biaya pengobatan pribadi mereka.

Fenomena ini memperkuat *Capability Approach* dari Amartya Sen yang menyatakan bahwa kesejahteraan serta kapasitas aktual manusia tidak dapat diukur secara linear dari instrumen materi atau komoditas ekonomi semata (Handayani et al., 2023). Penelitian relevan oleh (Purnama et al., 2025) menunjukkan bahwa dalam program intervensi kesehatan berbasis komunitas, faktor dukungan sosial, motivasi internal, dan kohesivitas kelompok jauh lebih dominan dalam menentukan kepatuhan serta keberhasilan program dibanding tingkat pengeluaran medis individu. Senada dengan hal tersebut, studi oleh (Muthiazahra et al., 2025) mengonfirmasi bahwa ekosistem komunitas yang inklusif mampu memitigasi kendala finansial peserta melalui penyediaan ruang penguatan psikologis dan edukasi sebaya. Dengan demikian, efektivitas pembinaan kesehatan lebih ditentukan oleh bagaimana program tersebut mampu menyentuh dimensi sosial-psikologis peserta, bukan dari seberapa besar biaya medis yang dikeluarkan.

Menurut Robbins (2018), efektivitas suatu organisasi atau program dinilai dari sejauh mana aktivitas yang dilakukan mampu mencapai target atau sasaran yang telah ditetapkan sebelumnya. Dalam konteks penelitian ini, tingginya nilai rata-rata efektivitas membuktikan bahwa proses internalisasi materi dan bimbingan kesehatan telah tersampaikan dan diterima dengan baik oleh responden. Kondisi ini selaras dengan pendapat Sutrisno (2019), yang menyatakan bahwa salah satu indikator utama efektivitas adalah adanya pemahaman bersama dan manfaat yang dirasakan nyata oleh sasaran program. Persepsi positif yang merata di antara para peserta Klub Kesehatan menunjukkan bahwa pendekatan pembinaan yang diterapkan mampu mengakomodasi kebutuhan mereka. Evaluasi subjektif yang tinggi dari responden ini menjadi fondasi penting, karena program pembinaan kesehatan tidak hanya mengejar luaran fisik, tetapi juga membangun kesadaran dan kemandirian peserta dalam menjaga kualitas hidup mereka secara berkelanjutan (Yuana et al., 2025).

Dampak nyata antara tingkat kebahagiaan dan biaya berobat membuktikan bahwa efektivitas program pembinaan tidak dapat ditinjau dari satu dimensi. Ketika aspek psikologis yang positif bersinergi dengan kondisi finansial terlepas dari seberapa besar variabilitas pengeluaran medis tersebut keduanya membentuk sebuah ekosistem pendukung yang kuat bagi peserta Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Hal ini menegaskan bahwa intervensi kesehatan berbasis komunitas akan mencapai hasil yang optimal jika pengelola mampu menyeimbangkan pengelolaan beban material peserta sekaligus memelihara iklim emosional yang membahagiakan selama proses bimbingan berlangsung. Sebagaimana disebutkan dalam studi terdahulu yang dilakukan oleh Gautam et al (2024) bahwa kombinasi yang seimbang

antara status kesejahteraan mental dan manajemen risiko finansial secara bersama-sama menjadi prediktor kuat terhadap kepatuhan serta keberhasilan suatu intervensi kesehatan komunitas.

Pentingnya integrasi faktor psikososial dan ekonomi dalam program kelompok selaras dengan kajian-kajian kesehatan masyarakat modern. Penelitian oleh Ramadhan dkk. (2022) menunjukkan bahwa kombinasi antara status kesejahteraan mental (*well-being*) dan manajemen risiko finansial secara bersama-sama menjadi prediktor kuat terhadap kepatuhan serta keberhasilan intervensi kesehatan komunitas. Selain itu, studi dari Wulandari & Sukmaningrum (2021) turut mengonfirmasi bahwa program pembinaan kelompok yang efektif selalu melibatkan pemenuhan kebutuhan psikologis dasar peserta di samping pengelolaan faktor penunjang fisik. Sinergi kolektif inilah yang mentransformasikan program pembinaan biasa menjadi sebuah ruang pemberdayaan yang berdampak masif, di mana peserta tidak hanya menerima edukasi kesehatan tetapi juga mengalami peningkatan kualitas hidup secara menyeluruh.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan merupakan faktor kunci yang paling dominan dalam menentukan tingkat efektivitas pembinaan di Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung. Hubungan keduanya bersifat positif, yang berarti peningkatan kesejahteraan emosional dan psikologis peserta secara langsung akan mengoptimalkan penyerapan materi serta keberhasilan program pembinaan. Sebaliknya, aspek finansial yang diukur melalui biaya berobat ditemukan tidak memiliki pengaruh secara mandiri terhadap efektivitas pembinaan, yang mengindikasikan bahwa besar atau kecilnya pengeluaran medis pribadi yang ditanggung oleh peserta tidak menghalangi mereka untuk mendapatkan manfaat dari proses bimbingan kesehatan yang diselenggarakan.

Pihak manajemen dan pengelola program Klub Kesehatan Sentot Alibasyah Bandung direkomendasikan untuk lebih memprioritaskan intervensi berbasis psikologis yang mampu meningkatkan tingkat kebahagiaan dan motivasi internal para peserta. Penciptaan lingkungan komunitas yang suportif, inklusif, dan penuh emosi positif akan menjadi akselerator utama dalam mencapai target pembinaan secara berkelanjutan. Di samping itu, meski faktor biaya pengobatan tidak memengaruhi efektivitas program secara langsung, efisiensi dan transparansi pengelolaan finansial di dalam klub tetap harus dijaga agar tidak memicu beban psikologis tambahan bagi anggota. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengembangkan kajian sejenis, disarankan untuk memperluas cakupan riset dengan menambahkan variabel independen lain yang relevan seperti dukungan sosial, kualitas pelayanan, maupun motivasi individu, serta menggunakan ukuran sampel yang lebih besar demi menghasilkan generalisasi model yang lebih luas dan komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bakhtiyary, M., Sharifi, F., Karimi, K., Salehpoor-Emran, M., Mirzadeh, F. S., & Afshar, P. F. (2024). Happiness, sleep quality, and self-care ability among community-dwelling older adults in Tehran, 2023. *BMC Geriatrics*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-024-05623-9>
- Bellet, C. S., De Neve, J. E., & Ward, G. (2024). Does Employee Happiness Have an Impact on

- Productivity? *Management Science*, 70(3), 1656–1679.  
<https://doi.org/10.1287/mnsc.2023.4766>
- Daniele, A., Lucas, S. J. E., & Rendeiro, C. (2022). Detrimental effects of physical inactivity on peripheral and brain vasculature in humans: Insights into mechanisms, long-term health consequences and protective strategies. *Frontiers in Physiology*, 13(September), 1–34.  
<https://doi.org/10.3389/fphys.2022.998380>
- Dian, N. L., Melinda, A. N. W., Muhammad, F. R., Aulia, I. L., Aulia, S. R., Shafira, K. R., Zalfaa, A. K., Naumy, M. A., Keyla, N. A. Z., & Siti, H. (2025). Menjaga Kemandirian di Tengah Penurunan Fisik: Dinamika Kehidupan Lansia di Panti Werdha Harapan Ibu. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(3), 202–211.
- Gautam, S., Jain, A., Chaudhary, J., Gautam, M., Gaur, M., & Grover, S. (2024). Concept of mental health and mental well-being, it's determinants and coping strategies. *Indian Journal of Psychiatry*, 66, S231–S244.  
[https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry\\_707\\_23](https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_707_23)
- Handajani, Y. S., Elisabeth, Schroeder-Butterfill, Hogervorst, E., Taruna, Y., & Hengky, A. (2024). Multimorbidity and Depression Increase Prevalence of Frailty of Community-dwelling Indonesian Older Adults: Indonesia Care Networks Study. *International Journal of Preventive Medicine*, 15(69), 1–7. <https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM>
- Handayani, O. W. K., Cahyati, W. H., & Ediyarsari, P. (2023). Intervensi Pencegahan Dini Penyakit Degenerative Melalui Pendidikan Kesehatan Konsumsi MBDK. *Journal of Community Empowerment*, 3(2), 102–107. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jce>
- Keane, A. M., Bright, A. M., Greenan, L., & Grealish, A. (2025). The Impact of Psychosocial Interventions on Older Adults in the Community Experiencing Social Isolation: An Integrative Review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 34(6), 1–17.  
<https://doi.org/10.1111/inm.70186>
- Muthiazahra, F., Kamilulfalah, N. R., Dewi, T. T., & Hikmah, S. (2025). Peran Komunitas dalam Membentuk Resiliensi Penyandang Disabilitas. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(4), 336–349.  
<https://doi.org/10.61132/corona.v3i4.1976>
- Nadkarni, A., Hanlon, C., & Patel, V. (2024). Mental Health Care Models in Low- and Middle-Income Countries. *Springer, Cham*, 5(5), 3347.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-51366-5\\_156](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-51366-5_156)
- Nange, S. E., Retha, R. A. J., & Kiling, I. Y. (2025). The relationship of the level of happiness with students' learning motivation. *International Conference of Humanities and Social Science, January*, 341–345.
- Ortiz-Meillón, V., Guerra-Leal, E. M., & Vázquez-Parra, J. C. (2024). The Level of Happiness and Its Relationship with Personal and Occupational Well-Being in Women Leaders at a Mexican University: An Exploratory Study. *Administrative Sciences*, 14(8).  
<https://doi.org/10.3390/admsci14080168>
- Purnama, I., Setiani, Y., & Wibisono, F. A. N. (2025). Analisis Dan Visualisasi Data Menggunakan Looker Studio Pada Dataset New York City Property Sales. *Jurnal Minfo Polgan*, 13(2), 2222–2234. <https://doi.org/10.33395/jmp.v13i2.14421>
- Safitri, E. W. (2026). TINJAUAN LITERATUR: PENGARUH KEBAHAGIAAN DI TEMPAT KERJA TERHADAP PERILAKU KERJA INOVATIF DI SEKTOR KESEHATAN. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 3(2), 72–85.

- Salam, F. A., Yulianto, H., & Ariestika, E. (2021). Physical activity and subjective well-being in old age in Indonesia. *Journal Sport Area*, 6(3), 358–366. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(3\).6948](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(3).6948)
- Won, D., Bae, J. S., Byun, H., & Seo, K. B. (2020). Enhancing subjective well-being through physical activity for the elderly in Korea: A meta-analysis approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph17010262>
- Yuana, J., Yub, X., Bac, Y., Wangd, H., & Lie, X. (2025). 2nd International Conference on Public Health and Health Sciences (PHHS2025). *Medicine*, 104(29), e42787. <https://doi.org/10.1097/md.00000000000042787>