

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KLINIK UTAMA ADHYAKSA  
KEJAKSAAN AGUNG RI JAKARTA**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**YOGA RHAMADHANI**

**224201446136**

**UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**JAKARTA**

**2024**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KLINIK UTAMA ADHYAKSA  
KEJAKSAAN AGUNG RI JAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**YOGA RHAMADHANI**

**224201446136**

**UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
JAKARTA  
2024**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KLINIK UTAMA ADHYAKSA  
KEJAKSAAN AGUNG REPUBLIK INDONESIA**

Oleh

Yoga Rhamadhani

224201446136

Telah dipertahanka di hadapan penguji skripsi

Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 19 Agustus 2024

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,



**Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom**

**Ns. Aisyiah, M.Kep.,Sp.Kep.Kom**

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

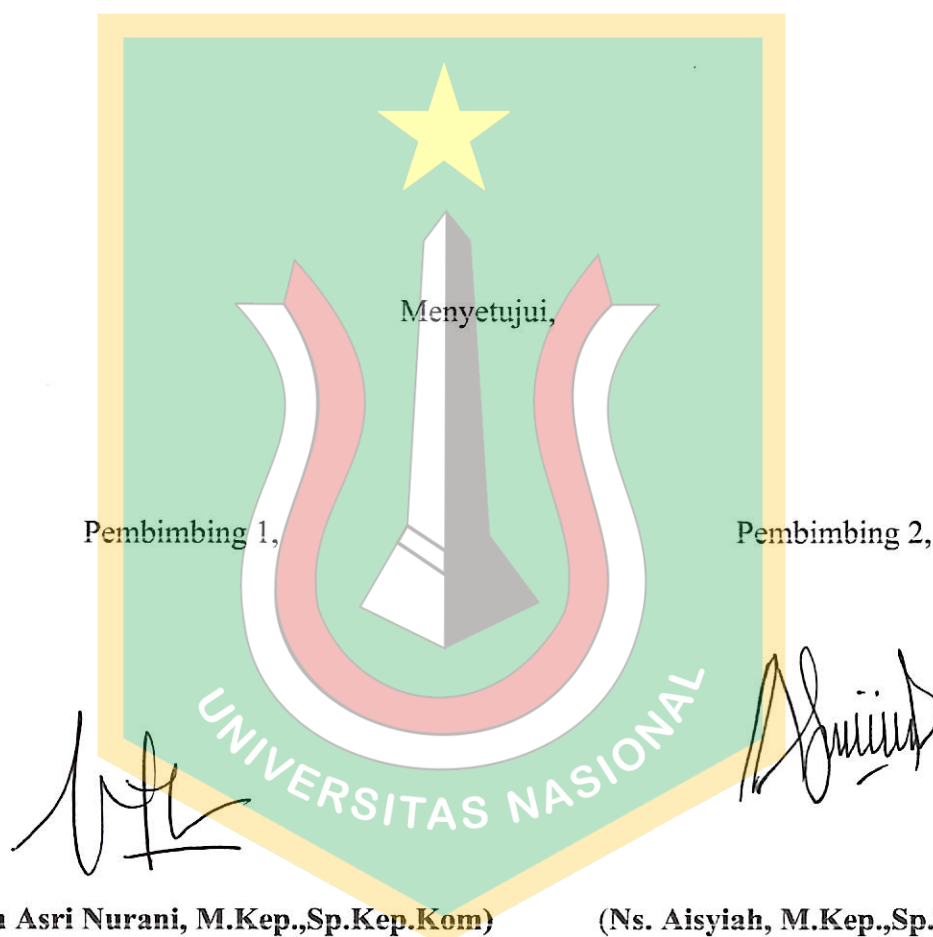


**Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.**

Judul Skripsi : Hubungan Gaya hidup dan Dukungan sosial dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung Republik Indonesia

Nama Mahasiswa : Yoga Rhamadhani


NPM : 224201446136



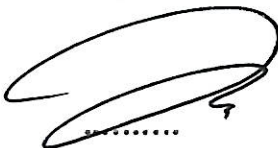
Judul Skripsi : Hubungan Gaya hidup dan Dukungan sosial dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung Republik Indonesia

Nama Mahasiswa : Yoga Rhamadhani


NPM : 224201446136



Menyetujui,

Penguji 1 : **Ns. Tommy JF Wowor, MM., M.Kep)** 

Penguji 2 : **Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom** 

Penguji 3 : **Ns. Aisyiah, M.Kep.,Sp.Kep.Kom** 

## PERNYATAAN ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Yoga Rhamadhani

NPM : 224201446136

Judul Penelitian : Hubungan Gaya hidup dan Dukungan sosial dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung Republik Indonesia

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 19 Agustus 2024



(Yoga Rhamadhani)

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan gaya hidup dan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada lansia di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung Republik Indonesia”.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan „*Alhamdulillah*” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy JF Wowor, MM., M.Kep
3. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku pembimbing 1 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
4. Ibu Ns. Aisyiah, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Ns. Dwi Rochyani, M.Kep selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepala dan seluruh karyawan Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung Republik Indonesia yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.
8. Seluruh keluarga saya yang telah memberikan dukungan secara moral agar saya dapat menyelesaikan penelitian.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.



Jakarta, 19 Agustus 2024

  
(Yoga Rhamadhani)



## Abstrak

### HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KLINIK UTAMA ADHYAKSA KEJAKSAAN AGUNG RI JAKARTA

Yoga Ramadhani, Intan Asri Nurani, Aisyiah

**Latar Belakang:** Populasi lansia telah menjadi salah satu agenda prioritas kesehatan secara global. Seiring dengan bertambahnya usia, lansia membutuhkan pencegahan terhadap penyakit dan manajemen kesehatan dengan baik agar dapat meningkatkan kualitas hidup. Secara global populasi lansia di perkirakan akan terus meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2019 terdapat 703 juta orang yang berusia >65 tahun atau bisa dikatakan 10% dari populasi global merupakan lansia.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui Hubungan gaya hidup dan dukungan sosial terhadap Kualitas hidup pada lansia di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung RI.

**Metodologi :** Penelitian ini menggunakan uji statistik *non parametrik* dengan alat ukur berupa *questioner*. Sampling yang digunakan dalam penelitian sebanyak 72 responden diambil dengan metode *total sampling* dengan cara *non-probability* sampling. Data dianalisis menggunakan uji dengan signifikansi sebesar  $\alpha < 0,05$ .

**Hasil penelitian :** Ada hubungan antara gaya hidup terhadap kualitas hidup pada lansia dengan *p-value* 0,000. Ada Hubungan antara dukungan sosial terhadap kualitas hidup lansia dengan *p-value* 0,000.

**Simpulan :** Gaya hidup dan dukungan sosial Berhubungan terhadap kualitas hidup lansia.

**Saran :** Lansia dengan penyakit kardiovaskular disarankan untuk lebih sadar akan pentingnya menjalani gaya hidup sehat, termasuk diet seimbang, aktivitas fisik teratur, dan berhenti merokok.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, Gaya Hidup, Kualitas Hidup, Lansia

Kepustakaan : 27 Pustaka (2018-2024)

## ABSTRAC

### THE RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE AND SOCIAL SUPPORT ON QUALITY OF LIFE IN THE ELDERLY AT THE MAIN CLINIC *ADHYAKSA ATTORNEY GENERAL OF* REPUBLIC OF INDONESIA

Yoga Ramadhani, Intan Asri Nurani, Aisyiah

**Background:** The elderly population has become one of the priority health agendas globally. As they age, older people need disease prevention and good health management in order to improve their quality of life. Globally, the elderly population is expected to continue to increase from year to year. In 2019, there were 703 million people aged >65 years or 10% of the global population.

**Aim:** To determine the relationship between lifestyle and social support on quality of life in the elderly at the *Adhyaksa* Main Clinic of the Attorney General's Office of the Republic of Indonesia.

**Methods:** This study was a non-parametric statistical tests with measuring instruments in the form of questionnaires. Sampling used in the research was 72 respondents taken by the total sampling method by non-probability sampling. The data were analysed using a test with a significance of a <0.05.

**Results:** There was a relationship between lifestyle and quality of life in the elderly with a p-value of 0.000. There was a relationship between social support and the quality of life of the elderly with a p-value of 0.000.

**Conclusion:** Lifestyle and social support are related to the quality of life of the elderly.

**Recommendation :** Elderly with cardiovascular disease are advised to be more aware of the importance of leading a healthy lifestyle, including a balanced diet, regular physical activity and smoking cessation.

**Key words** : Social Support, Lifestyle, Quality of Life, Elderly

**References** : 27 references (2018-2024)

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b>	
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PRAKATA.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
2.1 Konsep Lansia.....	7
2.1.1 Definisi.....	7
2.1.2 Teori Proses Penuaan.....	10
2.1.3 Klasifikasi Lansia.....	10
2.1.4 Karakteristik Lansia.....	10

2.1.5 Perubahan Pada Lansia.....	11
2.2 Konsep Penyakit Kardiovaskuler Pada Lansia.....	13
2.2.1 Perubahan Sistem Kardiovaskuler.....	13
2.3 Konsep Kualitas Hidup .....	16
2.3.1 Definisi Kualitas Hidup .....	16
2.3.2 Dimensi Kualitas Hidup Lansia.....	17
2.4 Konsep Dukungan Sosial Pada Lansia .....	22
2.4.1 Definisi .....	22
2.4.2 Aspek Aspek Dukungan Sosial .....	22
2.4.3 Sumber sumber Dukungan Sosial.....	24
2.4.4 Faktor Faktor Dukungan Sosial.....	24
2.5 Gaya Hidup pada Lansia.....	26
2.5.1 Definisi Gaya Hidup .....	26
2.5.2 Faktor Gaya Hidup Yang berhubungan .....	26
2.6 Kerangka Konsep.....	29
2.7 Hipotesis Penelitian .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
3.1 Desain Penelitian .....	32
3.2 Populasi dan Sampling .....	32
3.2.1 Populasi .....	32
3.2.2 Sampel .....	33
3.3 Variabel Penelitian .....	33
3.3.1 Variabel Independen.....	33
3.3.2 Variabel Dependen .....	33

3.4 Definisi Oprasional .....	34
3.5 Instrumen Penelitian.....	35
3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	37
3.7 Pengumpulan data .....	37
3.8 Analisis Data .....	38
3.10 Masalah Etik.....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>42</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	42
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	42
4.1.2 Karakteristik Responden .....	43
4.1.3 Analisis Univariat .....	43
4.1.3.1 Gaya Hidup .....	44
4.1.3.2 Dukungan Sosial .....	44
4.1.3.3 Kualitas Hidup Lansia .....	45
4.1.4 Uji Normalitas .....	45
4.1.5 Analisis Bivariat.....	45
4.1.4.1 Hubungan Gaya Hidup dan Kualitas Hidup Lansia .....	46
4.1.4.2 Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Lansia ..	46
4.2 Pembahasan .....	49
4.2.1 Analisis Univariat.....	49
4.2.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	47
4.2.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	48
4.2.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan .....	50
4.2.1.4 Gaya Hidup .....	51

4.2.1.5 Dukungan Sosial .....	53
4.2.1.6 Kualitas Hidup Lansia .....	54
4.2.2 Analisis Bivariat .....	55
4.2.2.1 Hubungan Gaya Hidup Dengan Kualitas Hidup .....	55
4.2.2.1 Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup .....	57
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	59
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
5.1 Simpulan .....	60
5.2 Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
LAMPIRAN .....	



## DAFTAR TABEL

### Tabel

3.1 Definisi Oprasional .....	34
4.1 Karakteristik responden .....	43
4.2 Gaya Hidup Lansia .....	44
4.3 Dukungan Sosial Lansia.....	44
4.4 Kualitas Hidup Lansia.....	45
4.5 Uji Normalitas Data .....	45
4.6 Analisis Bivariat Hubungan Gaya hidup dengan Kualitas Hidup pada di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung RI .....	46
4.7 Analisis Bivariat Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup pada di Klinik Utama Adhyaksa Kejaksaan Agung RI .....	47

## DAFAR GAMBAR

Gambar

2.1 Kerangka Teori Penelitian .....	29
2.2 Kerangka Konsep Penelitian .....	30





## DAFTAR SINGKATAN

<b>BMI</b>	: Body Mass Index
<b>DNA</b>	: Deoxyribonucleic Acid
<b>WHO</b>	: World Health Organization
<b>RI</b>	: Republik Indonesia
<b>OPQOL-35</b>	: Older People Quality of Life-35
<b>WHOQOL</b>	: World Health Organization Quality of Life
<b>WHOQoL-BREF</b>	: World Health Organization Quality of Life Bref version
<b>ASN</b>	: Aparatur Sipil Negara
<b>POSBINDU</b>	: Pos Binaan Terpadu
<b>Q</b>	: Pertanyaan (Question)
<b>P</b>	: Nilai signifikansi dalam uji statistic
<b>A</b>	: Alpha, derajat kemaknaan (significance level)
<b>Lansia</b>	: lanjut usia



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner Penelitian
Lampiran 2	Master Data Penelitian
Lampiran 3	Hasil SPSS
Lampiran 4	Izin Penelitian Dari Fakultas
Lampiran 5	Surat Izin Penelitian Dari Instansi
Lampiran 6	Lembar Bimbingan Pembimbing 1
Lampiran 7	Lembar Bimbingan Pembimbing 2
Lampiran 8	Uji Similaritas Naskah Skripsi
Lampiran 9	Biodata Penulis
Lampiran 10	Dokumentasi Penelitian

