

**ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI
KECAMATAN SUKMAJAYA
DEPOK JAWA BARAT**

SKRIPSI



Oleh:

ANISA ANGGRAINI

224201516058

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

**ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI
KECAMATAN SUKMAJAYA
DEPOK JAWA BARAT**

SKRIPSI

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



Oleh:

ANISA ANGGRAINI

224201516058

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

SKRIPSI

**ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI
KECAMATAN SUKMAJAYA
DEPOK JAWA BARAT**

Oleh:

ANISA ANGGRANI

NPM: 224201516058

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 21 Februari 2026

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep., M.KM.



Dr. dr. Andi Julia Rifiana, S.H., M.Kes.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Analisis Kualitas Hidup Lansia Di Kecamatan Sukmajaya
Depok Jawa Barat
Nama Mahasiswa : ANISA ANGGRAINI
NPM : 224201516058

Skripsi ini sudah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan dalam sidang skripsi
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Semester Ganjil 2025/2026

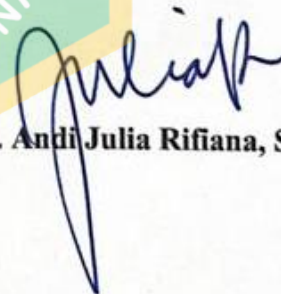
Menyetujui,

Pembimbing I,

Pembimbing II,




Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep., M.KM.



Dr. dr. Andi Julia Rifiana, S.H., M.Kes.

HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Analisis Kualitas Hidup Lansia Di Kecamatan Sukmajaya
Depok Jawa Barat
Nama Mahasiswa : ANISA ANGGRAINI
NPM : 224201516058



Menyetujui,

Penguji 1 : **Ns. Tommy J.F. Wowor, M.M., M.Kep., Ph.D.** (.....)

Penguji 2 : **Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep., M.KM.** (.....)

Penguji 3 : **Dr. dr. Andi Julia Rifiana, S.H., M.Kes.** (.....)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

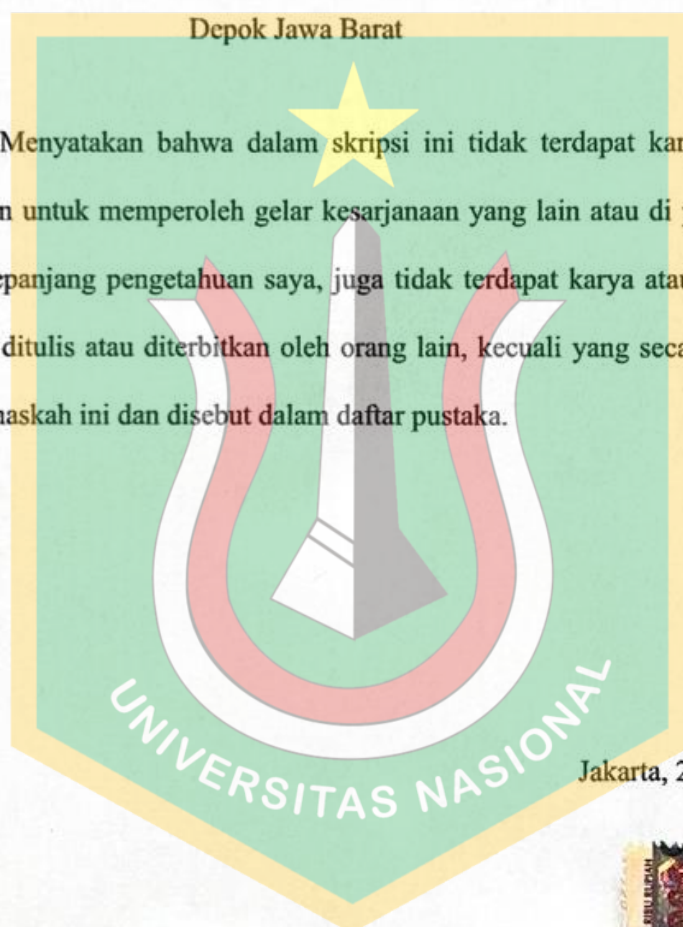
Nama Mahasiswa : ANISA ANGGRAINI

NPM : 224201516058

Judul Penelitian : Analisis Kualitas Hidup Lansia Di Kecamatan Sukmajaya

Depok Jawa Barat

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, 21 Februari 2026



Anisa Anggraini

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Analisis Kualitas Hidup Lansia Di Kecamatan Sukmajaya Depok Jawa Barat”, dapat diselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan pujian dan rasa syukur kepada-Nya.

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 *Alhamdulillahirabbilalamin* beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ns. Tommy J.F. Wowor, M.M., M.Kep., Ph.D. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional dan sebagai penguji utama.
3. Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep., M.KM. selaku pembimbing 1 yang selalu memberikan dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi saya.
4. Dr. dr. Andi Julia Rifiana, S.H., M.Kes. selaku pembimbing 2 yang selalu memberikan masukan, dukungan dan ilmu dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

6. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada, cinta pertama dan panutanku papa Marwanto, lalu pintu surgaku ibu Siti Aisyah atas segala doa, dukungan, dan kasih sayang yang tidak pernah putus. Kerja keras papa yang tanpa lelah menjadi alasan utama saya untuk dapat menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi, sementara doa dan dukungan ibu yang tidak pernah berhenti menjadi kekuatan terbesar bagi saya dalam menjalani seluruh proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

7. Terimakasih kepada adik saya Irfani Habibi yang selalu memberikan semangat, dan dukungan yang menguatkan dalam proses penyelesaian skripsi ini.

8. Terimakasih kepada para sahabat saya Ailsa, Firza, Sabrina, dan Nayla yang telah memberikan dukungan, semangat, serta kebersamaan selama masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini.

9. Terakhir, saya ucapkan terimakasih kepada diri sendiri yang telah bertahan, berusaha, dan tidak menyerah dalam menjalani seluruh proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, 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, 23 Februari 2026



Anisa Anggraini

Abstrak

ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI KECAMATAN SUKMAJAYA DEPOK JAWA BARAT

Anisa Anggraini, Milla Evelianti Saputri, Andi Julia Rifiana

Latar Belakang: Lanjut usia merupakan individu berusia ≥ 60 tahun yang mengalami penurunan kemampuan fisik, mental, dan sosial sehingga berdampak pada kualitas hidup. Secara global, data BMC *Geriatrics* menunjukkan bahwa 40% lansia memiliki kualitas hidup kategori sedang dan hanya 25-30% tergolong baik. Di Indonesia, 46,5% lansia dilaporkan memiliki kualitas hidup rendah, menegaskan bahwa kualitas hidup lansia merupakan permasalahan penting dalam konteks kesehatan masyarakat.

Tujuan: Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di RW 21 Kelurahan Baktijaya Kecamatan Sukmajaya Kota Depok Jawa Barat.

Metodologi: Menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dengan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 93 responden. Instrumen penelitian ini terdiri dari kuesioner dukungan keluarga yaitu *Family APGAR*, kuesioner aktivitas fisik *IPAQ*, kuesioner status kesehatan fisik Indeks *Barthel*, dan kuesioner kualitas hidup *WHOQOL-BREF*. Data dianalisis menggunakan uji *fisher exact* untuk melihat adanya hubungan antar variabel.

Hasil Penelitian: dukungan keluarga $0,002 < 0,05$, aktivitas fisik $0,028 < 0,05$, dan status kesehatan fisik $0,014 < 0,05$.

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga, aktivitas fisik, status kesehatan fisik dengan kualitas hidup dengan nilai *p-value* $< 0,05$

Saran: Lansia diharapkan mampu berperan aktif dalam upaya meningkatkan kesejahteraan diri dan mempertahankan kualitas hidup yang optimal.

Kata Kunci : Aktivitas fisik, dukungan keluarga, kualitas hidup, lansia, status kesehatan fisik.

Kepustakaan : 67 pustaka (2020-2025)

ABSTRACT

ANALYSIS OF QUALITY OF LIFE AMONG ELDERLY IN SUKMAJAYA DISTRICT DEPOK CITY WEST JAVA

Anisa Anggraini, Milla Evelianti Saputri, Andi Julia Rifiana

Background: The elderly are individuals aged ≥ 60 years who experience declines in physical, mental, and social functioning, which may adversely affect their quality of life. Globally, data from BMC Geriatrics indicate that approximately 40% of the elderly have a moderate quality of life, while only 25–30% are categorized as having a good quality of life. In Indonesia, 46.5% of the elderly are reported to have a low quality of life, highlighting that elderly quality of life remains a significant public health concern.

Purpose: To analyze factors associated with the quality of life of the elderly in RW 21, Baktijaya Subdistrict, Sukmajaya District, Depok City, West Java.

Methods: A quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. A total of 93 respondents were selected using purposive sampling. Research instruments included the Family APGAR questionnaire to assess family support, the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) to measure physical activity, the Barthel Index to assess physical health status, and the WHOQOL-BREF questionnaire to evaluate quality of life. Data were analyzed using Fisher's Exact Test to examine the relationships between variables.

Results: The findings revealed significant relationships between family support and quality of life ($p = 0.002$), physical activity and quality of life ($p = 0.023$), and physical health status and quality of life ($p = 0.014$).

Conclusion: There were significant associations between family support, physical activity, and physical health status and the quality of life of the elderly ($p < 0.05$).

Suggestion: The elderly are encouraged to actively participate in efforts to improve personal well-being and maintain an optimal quality of life.

Keywords: elderly, family support, physical activity, physical health status, quality of life.

Bibliography: 67 references (2020 – 2025)

DAFTAR ISI

ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI	i
ANALISIS KUALITAS HIDUP LANSIA DI	ii
SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH MAJU SIDANG SKRIPSI	v
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
Abstrak	ix
Abstract	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Lansia	10
2.1.1 Pengertian lansia	10
2.1.2 Klasifikasi lansia	10
2.1.3 Ciri-ciri Lansia	11
2.1.4 Karakteristik Lansia	12

2.1.5	Teori Proses Menua.....	14
2.1.6	Perubahan yang Terjadi Pada Lansia	16
2.1.7	Masalah Kesehatan yang Sering Terjadi Pada Lansia	20
2.2	Kualitas Hidup <i>Quality of Life</i> (QOL)	22
2.2.1	Pengertian Kualitas Hidup / <i>Quality of Life</i> (QOL).....	22
2.2.2	Dimensi QOL (Fisik, Psikologis, Sosial, Lingkungan)	23
2.2.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi QOL lansia.....	24
2.3	Dukungan Keluarga.....	26
2.3.1.	Pengertian Keluarga.....	26
2.3.2.	Pengertian Dukungan Keluarga	27
2.3.3.	Jenis-jenis Dukungan Keluarga.....	28
2.3.4.	Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga.....	29
2.3.5.	Hubungan Dukungan Keluarga dengan QOL Lansia	31
2.4	Aktivitas fisik	32
2.4.1	Pengertian Aktivitas Fisik.....	32
2.4.2	Jenis Aktivitas Fisik pada Lansia.....	33
2.4.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	34
2.4.4	Manfaat Aktivitas Fisik.....	36
2.4.5	Hubungan Aktivitas Fisik dengan QOL.....	37
2.5	Status Kesehatan Fisik.....	37
2.5.1	Pengertian Status Kesehatan fisik.....	37
2.5.2	Komponen Status Kesehatan Fisik	39
2.5.3	Faktor yang Mempengaruhi Status Kesehatan Fisik Lansia.....	40
2.5.4	Dampak Status Kesehatan Fisik pada Lansia.....	42
2.5.5	Hubungan Status Kesehatan Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia .	45
2.6	Kerangka teori	46
2.7	Kerangka Konsep	46
2.8	Hipotesis	47
BAB III	48
METODE PENELITIAN	48
3.1	Desain Penelitian.....	48
3.2	Populasi dan Sampel	48
3.2.1	Populasi.....	48
3.2.2	Sampel.....	49

3.3	Lokasi Penelitian	51
3.4	Waktu Penelitian	52
3.5	Variabel Penelitian	52
3.5.1	Variabel Dependen.....	52
3.5.2	Variabel Independen	52
3.6	Definisi Operasional.....	53
3.7	Instrumen Penelitian.....	54
3.7.1	Instrumen Kualitas Hidup	54
3.7.2	Instrumen Dukungan Keluarga	55
3.7.3	Instrumen Aktivitas Fisik.....	55
3.7.4	Instrumen Status Kesehatan Fisik	57
3.8	Prosedur Pengumpulan & Pengelolaan Data.....	57
3.9	Analisa Data	60
3.9.1	Persiapan	60
3.9.2	Tabulasi	60
3.9.3	Analisis Univariat.....	60
3.9.4	Analisis Bivariat.....	61
3.10	Etika Penelitian.....	61
3.10.1	Prinsip Manfaat (<i>Beneficience</i>).....	62
3.10.2	Prinsip Menghormati Hak Pasien.....	62
3.10.3	Prinsip Menghormati Hak Responden	62
3.10.4	Kerahasiaan dan Keamanan Data.....	63
BAB IV	64
HASIL DAN PEMBAHASAN	64
4.1	Hasil Penelitian.....	64
4.1.1	Karakteristik Responden	64
4.1.2	Hasil Univariat	66
4.1.3	Hasil Bivariat	68
4.2	Pembahasan	72
4.2.1	Analisis Univariat.....	72
4.2.2	Analisis Bivariat.....	75
4.3	Keterbatasan Penelitian	81
BAB V	83
SIMPULAN DAN SARAN	83

5.1.	Simpulan.....	83
5.2.	Saran.....	83
5.2.1	Bagi Tenaga Kesehatan dan Tempat Penelitian.....	83
5.2.2	Bagi Lansia.....	84
5.2.3	Bagi Teman Sejawat/Mahasiswa Keperawatan	84
5.2.4	Bagi Peneliti Selanjutnya	84
	DAFTAR PUSTAKA	85
	LAMPIRAN	

