

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP
PADA LANSIA DI DUSUN SEYEGAN DESA MARGOKATON
KECAMATAN SEYEGAN KABUPATEN SLEMAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
STIKES A. Yani Yogyakarta**



Disusun oleh:

Dewi Kundari

3208059

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2013**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP
PADA LANSIA DI DUSUN SEYEGAN DESA MARGOKATON
KECAMATAN SEYEGAN KABUPATEN SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

Dewi Kundari

3208059

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah Satu
Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal:.....

Menyetujui,

Penguji,

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Induniasih, S.Kp, M.Kes.
NIP:195712201986032001

Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes.
NIP:19672281994032001

Sulistyaningsih, S.Kep., Ns.
NIDN: 05-2509-7901

Mengesahkan,
Ketua Program Studi Ilmu
Keperawatan STIKES A. Yani
Yogyakarta



Dwi Susanti, S.Kep., Ns.
NIDN: 05-30058401

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya tulis yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, Januari 2013

Dewi Kundari

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan usulan penelitian yang berjudul : Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup pada Lansia di dusun Seyegan kelurahan Margokaton kecamatan Seyegan kabupaten Sleman. Usulan penelitian ini telah dapat diselesaikan, atas bimbingan, arahan, dan bantuan berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. I. Edy Puwoko, Sp.B, selaku Ketua STIKES A. Yani Yogyakarta.
2. Dwi Susanti, S.Kep., Ns., selaku Ketua Prodi Keperawatan STIKES A. Yani Yogyakarta, yang telah memberikan petunjuk, ijin dan kemudahan selama penyelesaian karya tulis ini.
3. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran telah memberikan masukan dan bimbingan selama proses penyelesaian karya tulis ini.
4. Sulistyaningsih, S.Kep., Ns., selaku Dosen Pembimbing II, yang dengan penuh kesabaran telah memberikan masukan dan bimbingan selama proses penyelesaian karya tulis ini.
5. Induniasih, S.Kp., M.Kes., selaku Dosen Penguji yang telah memberikan banyak masukan kepada penulis dalam penyusunan karya tulis ini.
6. Wahyono, selaku Kepala Dusun Seyegan yang telah memberikan memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian.
7. Seluruh lansia dusun Seyegan yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
8. Bapak, ibu, kakak, dan adik tercinta yang tidak kenal waktu memberikan kasih sayang, motivasi dan doa untuk saya.
9. Semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, kemudahan dan semangat dalam proses penyelesaian proposal ini.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan penulis semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat dan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi kita semua dan bagi penulis sendiri khususnya.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Teori dan Konsep.....	10
1. Aktivitas Fisik.....	10
a. Definisi.....	10
b. Kriteria Aktivitas Fisik.....	10
c. Tipe/Sifat Aktivitas Fisik.....	11
d. Aktifitas Fisik Pada Lansia.....	12
e. Penilaian Aktivitas Fisik.....	15
2. Kualitas Hidup.....	17
a. Definisi.....	17
b. Konsep Kualitas Hidup.....	17
c. Indikator Kualitas Hidup.....	18
d. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup.....	19
e. Pengukuran Kualitas Hidup.....	21
B. Kerangka Teori.....	23
C. Kerangka Konsep Penelitian.....	24
D. Hipotesis.....	24
 BAB III METODE PENDAHULUAN	
A. Rancangan Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu.....	25
C. Populasi dan Sampel.....	25

D. Variabel Penelitian.....	26
E. Definisi Operasional.....	27
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data.....	27
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	31
H. Analisa dan Model Statistik.....	32
I. Etika Penelitian.....	34
J. Pelaksanaan Penelitian.....	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan.....	43
C. Keterbatasan Penelitian.....	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 2.1 Dampak Fisiologis terhadap Penurunan Aktivitas Fisik.....	14
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	27
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Aktivitas Fisik.....	29
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen Kualitas Hidup dengan SF 36.....	29
Tabel 3.4 Formula untuk Skoring dan Skala Transformasi.....	30
Tabel 3.5 Konsep dan Interpretasi Kelompok dengan Kategori Buruk dan Kelompok dengan Kategori Baik.....	31
Tabel 3.6 Koefisien Kontingensi.....	34
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	38
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit..	38
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Berdasarkan PASE.....	39
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Lansia Berdasarkan Kategori Aktivitas.....	40
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Berdasarkan SF 36.....	41
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Lansia Berdasarkan Kategori Kualitas hidup.....	41
Tabel 4.8 Tabel Silang Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup.....	42

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	25

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 2. Pernyataan Bersedia menjadi Responden
- Lampiran 3. Identitas Responden
- Lampiran 4. Kuesioner Kualitas Hidup Short Form 36 (SF 36)
- Lampiran 5. Skoring Short Form 36
- Lampiran 6. Instrumen Aktivitas Fisik
- Lampiran 7. Jadwal Penelitian
- Lampiran 8. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 10. Rekapitulasi Skor PASE
- Lampiran 11. Rekapitulasi Skor SF 36
- Lampiran 12. Rekapitulasi Data Penelitian
- Lampiran 13. Rekapitulasi Frekuensi Karakteristik Responden
- Lampiran 14. Hasil Uji Statistik

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA