

SKRIPSI
HUBUNGAN MANAJEMEN AKTIVITAS HARIAN DENGAN
KUALITAS HIDUP LANSIA

Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan



Oleh :
DEVA ARYA BAGUS PRADANA
NIM: 22632155

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2026

SKRIPSI
HUBUNGAN MANAJEMEN AKTIVITAS HARIAN DENGAN
KUALITAS HIDUP LANSIA

Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

SKRIPSI
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :
DEVA ARYA BAGUS PRADANA
NIM: 22632155

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2026

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun

Ponorogo, 14 September 2026

Yang menyatakan



Deva Aya Bagus Pradana
NIM: 22632155

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN MANAJEMEN AKTIVITAS HARIAN DENGAN
KUALITAS HIDUP LANSIA

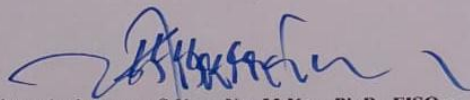
Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

Deva Arya Bagus Pradana

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL: 14 September 2026

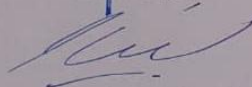
Oleh:

Pembimbing 1



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D., FISQua
NIDN: 0715127903

Pembimbing 2



Naylil Mawadda Rohma, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN: 0724058906

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK: 1979121420030212

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Pada Tanggal, 14 September 2026

PANITIA PENGUJI

Ketua : Laily Isro'in, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota : 1. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D., FISQua

2. Naylil Mawadda Rohma, S. Kep., Ns., M. Kep

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo


Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIK: 1979121420030212

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul, **“Hubungan Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan”** dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu persyaratan akademik yang harus dipenuhi dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang telah memberikan dukungan dan kebijakan institusional dalam menunjang proses penyusunan skripsi ini.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini.

4. Kepala Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melakukan observasi dan pengambilan data dalam rangka penyusunan skripsi ini.
5. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D., FISQua, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi.
6. Naylil Mawadda Rohma, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu tercinta, serta seluruh keluarga yang selalu menjadi tempat penulis menemukan kekuatan di setiap langkah perjalanan ini. Terima kasih atas doa yang tidak pernah berhenti dipanjatkan, kasih sayang yang tidak pernah berkurang, serta pengorbanan yang sering kali tidak terlihat namun begitu berarti bagi penulis. Terima kasih telah menjadi alasan bagi penulis untuk tetap bertahan ketika lelah, tetap melangkah ketika ragu, dan tidak menyerah ketika menghadapi berbagai kesulitan dalam menyelesaikan pendidikan ini. Setiap pencapaian yang penulis raih tidak terlepas dari doa, air mata, kesabaran, dan perjuangan Bapak dan Ibu yang senantiasa mengiringi setiap langkah penulis. Skripsi ini bukan hanya hasil dari perjalanan akademik penulis, tetapi juga menjadi salah satu bentuk kecil dari rasa terima kasih atas segala cinta dan pengorbanan yang telah diberikan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, umur yang panjang, serta

membalas setiap kebaikan dan pengorbanan Bapak, Ibu, dan keluarga dengan keberkahan yang berlipat ganda.

8. Seseorang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya, tetapi kehadirannya memiliki arti yang begitu besar dalam perjalanan ini. Terima kasih telah menjadi salah satu alasan bagi penulis untuk tetap bertahan di tengah lelah, menjadi tempat berbagi ketika segala sesuatu terasa berat, serta memberikan dukungan dan keyakinan ketika penulis mulai meragukan diri sendiri. Terima kasih atas kesabaran dalam menemani setiap proses, atas waktu yang diberikan, dan atas hal-hal sederhana yang mungkin terlihat kecil, tetapi mampu menghadirkan kembali semangat untuk melanjutkan langkah. Kehadiranmu mungkin tidak tertulis dalam setiap halaman skripsi ini, tetapi jejak dukungan dan kebaikanmu menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari perjalanan panjang hingga penulis dapat menyelesaikan karya ini. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan senantiasa menemukan jalan untuk kembali dalam bentuk kebahagiaan dan keberkahan.
9. Kepada diri sendiri, yang telah melalui perjalanan panjang ini dengan segala lelah, keraguan, air mata, dan perjuangan yang tidak selalu terlihat oleh orang lain. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap bertahan ketika keadaan tidak selalu berjalan sesuai harapan, tetap melangkah ketika jalan terasa begitu berat, dan terus mencoba meskipun berkali-kali merasa ingin menyerah. Terima kasih telah belajar menerima kegagalan, berdamai dengan kekurangan, serta menghargai setiap proses yang perlahan membawa penulis hingga sampai pada titik ini. Tidak semua

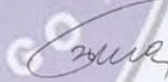
hari dilalui dengan mudah, namun setiap langkah kecil, sekecil apa pun, telah menjadi bagian dari perjalanan yang akhirnya mengantarkan penulis menyelesaikan pendidikan ini. Skripsi ini menjadi bukti bahwa diri ini pernah berada pada titik ingin menyerah, tetapi memilih untuk bertahan. Semoga setelah sampai di titik ini, penulis tidak pernah lupa untuk menghargai diri sendiri, terus bertumbuh, dan memiliki keberanian untuk melangkah lebih jauh dalam perjalanan kehidupan berikutnya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan penulisan skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, serta bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan pada umumnya.

Ponorogo, 14 September 2026

Penulis



(Deva Arya Bagus Pradana)

ABSTRAK

HUBUNGAN MANAJEMEN AKTIVITAS HARIAN DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

Deva Arya Bagus Pradana

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-mail: devaaryaofficial@gmail.com

Manajemen aktivitas harian merupakan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari sesuai dengan kemampuan fungsional yang dimiliki. Penurunan kemampuan tersebut dapat menyebabkan ketergantungan dan memengaruhi kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, kemampuan mempertahankan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung kualitas hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan manajemen aktivitas harian dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif analitik *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan *Katz Index of Activities of Daily Living (ADL)* untuk mengukur manajemen aktivitas harian dan *World Health Organization Quality of Life-OLD (WHOQOL-OLD)* untuk mengukur kualitas hidup. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 53 responden (88,3%) memiliki manajemen aktivitas harian kategori mandiri penuh dan 46 responden (76,7%) memiliki kualitas hidup kategori tinggi. Hasil uji *Spearman Rank* diperoleh $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha = 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen aktivitas harian dengan kualitas hidup lansia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari berkaitan dengan kualitas hidup lansia. Pemeliharaan kemampuan fungsional dan kemandirian dalam aktivitas harian perlu diperhatikan dalam pelayanan keperawatan gerontik untuk mendukung kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

Kata kunci: Manajemen Aktivitas Harian, Kualitas Hidup, Lansia.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DAILY ACTIVITY MANAGEMENT AND QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY

At the Tresna Werdha Social Care Center in Magetan

Deva Arya Bagus Pradana

Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Ponorogo

E-mail: devaaryaofficial@gmail.com

Daily activity management refers to the ability of the elderly to perform activities of daily living in accordance with their functional capabilities. A decline in these abilities can lead to dependency and affect the elderly's quality of life. Therefore, the ability to maintain independence in daily activities is a crucial aspect of supporting the quality of life for the elderly. This study aimed to analyze the relationship between daily activity management and the quality of life of the elderly at the Tresna Werdha Social Institution in Magetan.

This study employed a quantitative approach with a descriptive-analytic cross-sectional design. The sample consisted of 60 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using the Katz Index of Activities of Daily Living (ADL) to measure daily activity management and the World Health Organization Quality of Life-OLD (WHOQOL-OLD) to measure quality of life. Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test. The results showed that 53 respondents (88.3%) fell into the fully independent category for daily activity management, and 46 respondents (76.7%) fell into the high category for quality of life. The Spearman Rank test yielded a p-value of 0.000 ($\alpha = 0.05$), indicating a significant relationship between daily activity management and the quality of life of the elderly.

The findings demonstrate that independence in performing daily activities is associated with the quality of life of the elderly. Maintaining functional abilities and independence in daily activities should be a priority in gerontological nursing care to support the quality of life of the elderly at the Tresna Werdha Social Institution in Magetan.

Keywords: Daily Activity Management, Quality of Life, Elderly.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Lansia	10
2.1.1 Definisi Lansia	10
2.1.2 Klasifikasi Lansia Berdasarkan Usia	12
2.1.3 Perubahan pada Lansia	13
2.1.4 Implikasi Perubahan terhadap Kehidupan Sehari-hari	15
2.2 Konsep Manajemen Aktivitas Harian pada Lansia.....	16
2.2.1 Definisi Konseptual Manajemen Aktivitas Harian	16

2.2.2 Tujuan dan Manfaat Manajemen Aktivitas Harian	18
2.2.3 Komponen Manajemen Aktivitas Harian pada Lansia	20
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Aktivitas Harian pada Lansia	22
2.2.5 Teori Aktivitas pada Lansia.....	25
2.2.6 Pengukuran Manajemen Aktivitas Harian pada Lansia	26
2.3 Konsep Kualitas Hidup Lansia	29
2.3.1 Definisi Kualitas Hidup Lansia.....	29
2.3.2 Dimensi Kualitas Hidup Lansia	31
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia	33
2.3.4 Pengukuran Kualitas Hidup Lansia	36
2.3.5 Hubungan Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia	38
2.4 Kerangka Teori	41
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	45
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	45
3.2 Hipotesis	47
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	48
4.1 Desain penelitian	48
4.2 Kerangka operasional	48
4.3 Populasi, Sampel dan Sampling	51
4.3.1 Populasi.....	51
4.3.2 Sampel.....	51
4.3.3 Sampling	52
4.4 Variabel penelitian	54
4.4.1 Variabel Independen (Variabel Bebas).....	54
4.4.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat).....	55
4.5 Definisi operasional.....	55
4.6 Instrumen Penelitian	57
4.7 Waktu dan Lokasi Penelitian	61
4.7.1 Waktu Penelitian	61
4.7.2 Lokasi Penelitian.....	61
4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	61
4.8.1 Prosedur Pengumpulan Data.....	61
4.8.2 Analisis Data	66
4.9 Etika Penelitian.....	70

4.10 Keterbatasan Penelitian	73
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	74
5.1 Pengantar	74
5.2 Hasil Penelitian.....	75
5.2.1 Karakteristik Lokasi Penelitian.....	75
5.2.2 Data Umum.....	76
5.2.3 Data Khusus	78
5.3 Pembahasan	82
5.3.1 Manajemen Aktivitas Harian pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial	82
5.3.2 Kualitas Hidup pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan	84
5.3.3 Hubungan Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.....	85
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	88
6.1 Kesimpulan.....	88
6.2 Saran	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN.....	94

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian	56
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan usia pada lansia yang tinggal di UPT PSTW Magetan pada 30 Juni 2026.....	76
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia yang tinggal di UPT PSTW Magetan pada 30 Juni 2026.....	76
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan riwayat penyakit 2 minggu terakhir pada lansia yang tinggal di UPT PSTW Magetan pada 30 Juni 2026.	77
Tabel 5. 4 distribusi frekuensi berdasarkan manajemen aktivitas harian lansia pada lansia di UPT PSTW Magetan.....	78
Tabel 5. 5 distribusi frekuensi berdasarkan kualitas hidup pada lansia di UPT PSTW Magetan	79
Tabel 5. 6 Tabulasi Hubungan Manajemen Aktivitas Harian Dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia	41
Gambar 3. 1 kerangka konseptual penelitian Hubungan antara Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia	45
Gambar 4. 1 Kerangka Operasional Penelitian Hubungan antara Manajemen Aktivitas Harian dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan.....	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Kegiatan	94
Lampiran 2 Surat Izin Pengambilan Data Awal	95
Lampiran 3 Surat Izin Pengantar Kampus	96
Lampiran 4 Surat Izin Dinas Sosial	97
Lampiran 5 Surat Izin Pengantar Etik Kampus.....	98
Lampiran 6 Surat Layak Etik Penelitian	99
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian Kampus	100
Lampiran 8 Penjelasan Penelitian	101
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Responden	103
Lampiran 10 Lembar Kuesioner manajemen aktivitas harian dan kualitas hidup, (Katz Index of Independence in Activities of Daily Living, WHOQOL-OLD).....	104
Lampiran 11 Distribusi Hasil Distribusi Frekuensi Subyek Penelitian.....	111
Lampiran 12 Hasil Skrining Demensia	113
Lampiran 13 Tabulasi Data Kuesioner Penelitian.....	116
Lampiran 14 Tabulasi Data Dan Analisis Data	124
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian.....	127
Lampiran 16 Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	128
Lampiran 17 Lembar Konsultasi.....	129

DAFTAR SINGKATAN

ADL : *Activities of Daily Living*

H₀ : *Hipotesis Nol (Null Hypothesis)*

H₁ : *Hipotesis Alternatif (Alternative Hypothesis)*

KATZ ADL : *Katz Index of Activities of Daily Living*

WHO : *World Health Organization*

WHOQOL : *World Health Organization Quality of Life*

WHOQOL-OLD : *World Health Organization Quality of Life – Older Adults*

WHOQOL-BREF : *World Health Organization Quality of Life – Brief Version*

