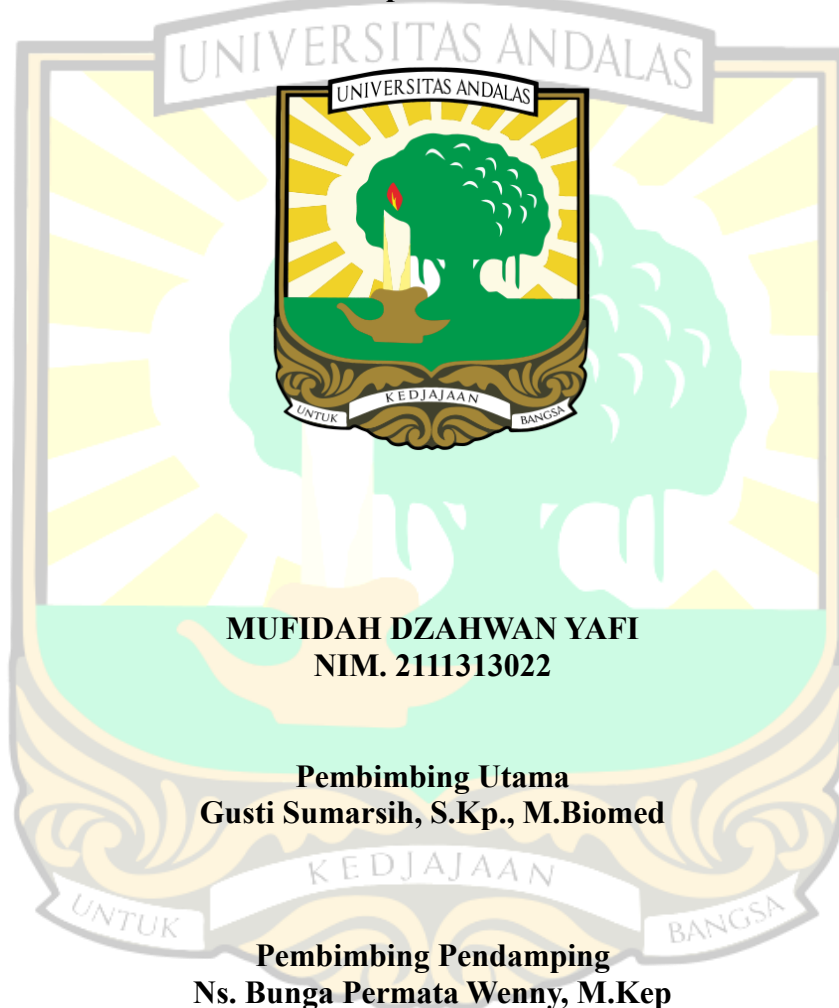


SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BELIMBING KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Gerontik



**MUFIDAH DZAHWAN YAFI
NIM. 2111313022**

**Pembimbing Utama
Gusti Sumarsih, S.Kp., M.Biomed**

**Pembimbing Pendamping
Ns. Bunga Permata Wenny, M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JUNI 2025**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JUNI 2025

Nama : Mufidah Dzahwan Yafi
NIM : 2111313022

Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup pada Lansia di
Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang

ABSTRAK

Kualitas hidup pada lansia menjadi perhatian utama seiring meningkatnya jumlah lansia di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Jenis penelitian yang digunakan yakni kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang penelitian berjumlah 115 responden berusia ≥ 60 tahun menggunakan teknik *Total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner MNA untuk status gizi, IPAQ-SF untuk aktivitas fisik, dan WHOQOL-OLD untuk kualitas hidup. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah (40,2%) responden memiliki kualitas hidup sedang, hampir setengah (39,1%) responden dengan kualitas hidup tinggi, sebagian kecil (18,3%) responden dengan kualitas hidup rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup $p\text{ value} = 0.003$ ($p < 0,05$) dan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup $p\text{-value} 0.000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah status gizi dan aktivitas fisik berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pada lansia. Disarankan kepada pihak puskesmas, keluarga, dan masyarakat untuk memperhatikan pemenuhan gizi seimbang dan mendorong aktivitas fisik rutin guna meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci : Status Gizi, Aktivitas Fisik, Kualitas Hidup, Lansia
Daftar Pustaka : 72 (2010-2024)

NURSING FACULTY
UNIVERSITAS ANDALAS
June 2025

Name : Mufidah Dzahwan Yafi
NIM : 2111313022

*The Relationship Between Nutritional Status and Physical Activity with the
Quality of Life Among the Elderly in the Working Area of
Belimbing Public Health Center Padang City*

ABSTRACT

Quality of life among the elderly has become a major concern in line with the increasing elderly population in Indonesia. This study aims to determine the relationship between nutritional status and physical activity with the quality of life among the elderly in the working area of Belimbing Public Health Center, Padang City. This research employed a quantitative method with a cross-sectional approach. The study population consisted of elderly individuals in the working area of Belimbing Public Health Center, Padang City. A total of 115 respondents aged ≥ 60 years were selected using an total sampling technique. Data were collected using the MNA questionnaire for nutritional status, the IPAQ-SF for physical activity, and the WHOQOL-OLD for quality of life. Data analysis was performed using the chi-square test. The results showed that nearly half (40.2%) of the respondents had a moderate quality of life, 39.1% had a high quality of life, and a small proportion (18.3%) had a low quality of life. There was a significant relationship between nutritional status and quality of life ($p\text{-value} = 0.003$, $p < 0.05$), as well as between physical activity and quality of life ($p\text{-value} = 0.000$, $p < 0.05$). The conclusion of this study is that nutritional status and physical activity are significantly associated with the quality of life in the elderly. It is recommended that health centers, families, and communities pay attention to fulfilling balanced nutrition and encouraging regular physical activity to improve the quality of life of the elderly.

Keyword : Nutritional Status, Physical Activity, Quality of Life, Elderly
Bibliography : 72 (2010-2024)