UNIVERSITAS
GADJAH MADA
**Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas
Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung**
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR *4*
HALAMAN PERSEMBAHAN *6*
DAFTAR ISI *1*
DAFTAR TABEL *3*
DAFTAR GAMBAR *4*
DAFTAR SINGKATAN *5*
BAB I PENDAHULUAN *1*
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 9
E. Keaslian Penelitian 11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA *17*
A. Telaah Pustaka 17
1. Konsep Lansia 17
2. Konsep Senam PROLANIS 20
3. Konsep Kualitas Hidup Lansia 24
B. Kerangka Teori 36
B. Kerangka Penelitian 37
C. Pertanyaan Penelitian 37
D. Hipotesis Penelitian 38
BAB III METODE PENELITIAN *39*
A. Rancangan dan Desain Penelitian 39
B. Tempat dan Waktu Penelitian 40
C. Populasi dan Sampel Penelitian 40
D. Variabel Penelitian 42
E. Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel 44
E. Instrumen Penelitian 46

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

F. Uji Validitas dan Reliabilitas....48
G. Jalannya Penelitian....48
I. Alur Penelitian....51
J. Analisis Data....51
K. Etika Penelitian....53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN....54
A. Hasil Penelitian....54
B. Pembahasan....66
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN....89
A. Kesimpulan....89
B. Saran....89
DAFTAR PUSTAKA....92
LAMPIRAN....113
Lampiran 1. Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan....114
Lampiran 2. Studi Pendahuluan Puskesmas Wates Kabupaten Pringsewu....115
Lampiran 3. Studi Pendahuluan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu.116
Lampiran 4. Ethical....117
Lampiran 5. Izin Penelitian dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu....118
Lampiran 4. Lembar Informasi Penjelasan Penelitian....122
Lampiran 5. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden....124
Lampiran 6. Kuesioner Data Demografi dan Kualitas Hidup....125

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
**Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas
Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung**
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian 11

Tabel 2. Definisi operasional..... 42

Tabel 3. Kisi-Kisi Kuesioner WHOQOL-BREF..... 45

Tabel 4. Uji statistik 50

Tabel 5. Karakteristik responden 54

Tabel 6. Faktor-faktor mempengaruhi kualitas hidup..... 56

Tabel 7. Faktor faktor mempengaruhi domain kualitas hidup 58

Tabel 8. Analisis bersama faktor mempengaruhi kualitas hidup..... 62

Tabel 9. Faktor faktor mempengaruhi domain kualitas hidup 63

Tabel 10. Domain kualitas hidup yang mempengaruhi kualitas hidup total..... 65

Tabel 11. Analisis bersama domain kualitas hidup yang mempengaruhi kualitas hidup total 65

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka penelitian 36

Gambar 2. Alur penelitian 52

Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas
Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR SINGKATAN

ADL	: *Activity of Daily Living*
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
BSLU	: Balai Sosial Lanjut Usia
CBT	: *Cognitive Behavioral Therapy*
D1	: Diploma 1
D2	: Diploma 2
D3	: Diploma 3
D4	: Diploma 4
DINKES	: Dinas Kesehatan
EORTC QLQ-C30	: *European Organisation for Research and Treatment of Cancer Quality of Life Questionnaire – Core 30 items*
EQ-5D	: *EuroQol Five-Dimension Health Questionnaire*
FK-KMK	: Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan
HKI	: Hak Kekayaan Intelektual
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Lansia	: Lanjut Usia
Posyandu Lansia	: Pos Pelayanan Terpadu Lanjut Usia
PPS	: *Post Power Syndrome*
Puskesmas	: Pusat Kesehatan Masyarakat
S1	: Sarjana/Strata 1
S2	: Magister/Strata 2
S3	: Doktor/Strata 3

Hubungan Keikutsertaan Senam Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Dengan Kualitas
Hidup Lansia Di Puskesmas Wates dan Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung
Muhammad Nur, Dr. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Ng ; Ema Madyaningrum, S.Kep., M.Kes., Ph.D
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

SD	: Sekolah Dasar
SF-12	: *Short Form-12 Health Survey*
SF-36	: *Short Form (36) Health Survey*
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
UGM	: Universitas Gadjah Mada
UMR	: Upah Minimum Regional
UPTD	: Unit Pelaksana Teknis Daerah
WHO	: *World Health Organization*
WHOQOL-BREF	: *World Health Organization Quality of Life – BREF*