

## ABSTRAK

### GAMBARAN PERUBAHAN POLA HIDUP LANSIA SELAMA PANDEMI COVID – 19

Penyusun : I Gusti Arya Prabaswara Suharja  
Pembimbing I : dr. Vera, SpPD, K.Ger.  
Pembimbing II : dr. Dedeh Supantini, Sp.S, M.Pd.Ked

Pandemi COVID–19 membatasi lansia melakukan aktivitas fisik, rekreasi, dan sosialisasi. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, sedangkan kurangnya rekreasi dan sosialisasi dapat membuat lansia merasa kesepian, yang dapat menyebabkan depresi. Penelitian *cross-sectional* ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana dampak pandemi COVID-19 terhadap kehidupan sehari-hari lansia. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha diminta untuk mewawancarai kakek dan nenek mereka mengenai pola hidup dan kesehatan sebelum dan selama pandemi. Hasil wawancara direkam dalam kuesioner elektronik. 209 lansia termasuk dalam subjek penelitian ini, kebanyakan termasuk *robust* berdasarkan kuesioner FRAIL.

Walaupun hanya ada penurunan kecil dalam status fungsional selama pandemi, kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan subjek merupakan hal yang penting. Sehingga, penelitian lebih lanjut sebaiknya dilakukan untuk menemukan intervensi yang tepat untuk meningkatkan kualitas hidup lansia selama pandemi.

#### **Kata kunci :**

Lansia, pola hidup, aktivitas fisik, sindrom *frailty*, COVID – 19, status fungsional.

## **ABSTRACT**

### **GAMBARAN PERUBAHAN POLA HIDUP LANSIA SELAMA PANDEMI COVID – 19**

*Author* : I Gusti Arya Prabaswara Suharja

*First Tutor* : dr. Vera, SpPD, K.Ger.

*Second Tutor* : dr. Dedeh Supantini, Sp.S, M.Pd.Ked

*The COVID-19 pandemic has been restricting elderly from doing physical activities, recreation, and socialization. Lack of physical activities can cause variety of health problems, while lack of recreation and socialization can make elderly feeling lonely leading to depression. This cross-sectional study was done to describe how the COVID-19 pandemic change the daily lives of the elderly. Students of Maranatha Medical School were asked to interview their grandparents about their health life before and during the pandemic. Interview result was recorded in electronic questionnaire. 209 non-bedridden elderly were included in this study, most were robust according to FRAIL questionnaire.*

*Although there's only a small decrease in functional status during the pandemic, physical inactivity among subjects during the pandemic was considerably important. Thus, further study should be done to find appropriate intervention for improving the quality of life in elderly during the pandemic.*

**Key words :**

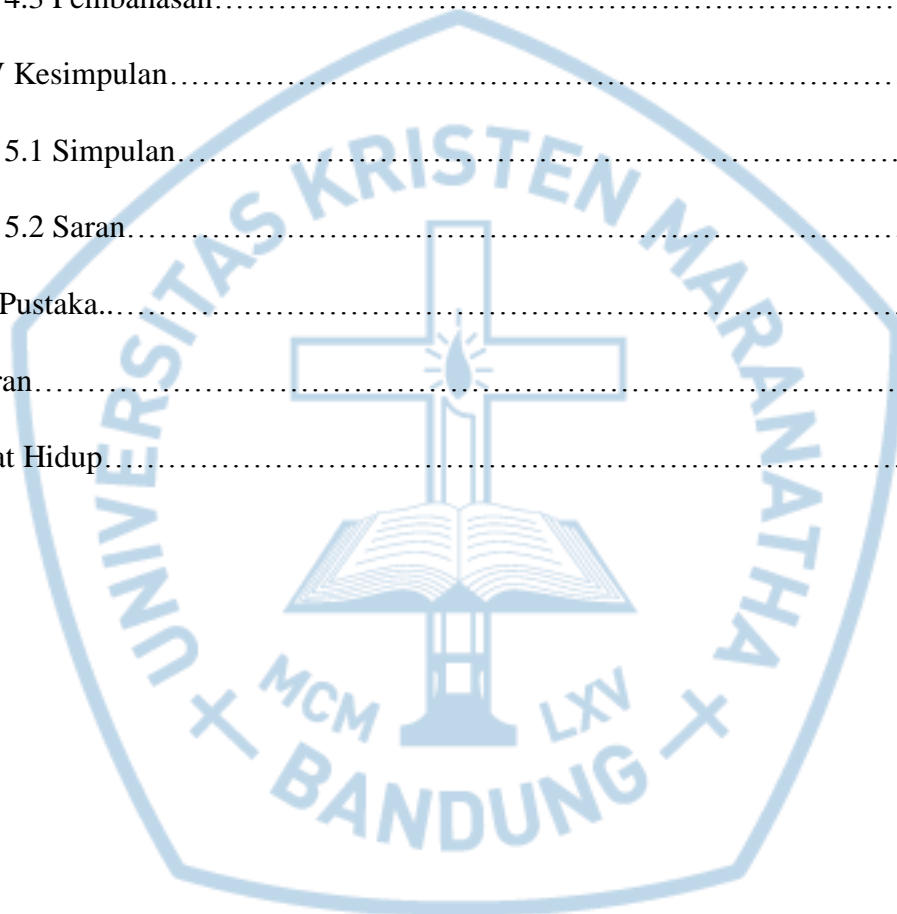
*Elderly, daily lives, physical activities, frailty syndrome, COVID-19, functional status.*

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Karya Tulis.....	2
1.4.1 Manfaat Akademis.....	2
1.4.2 Manfaat Praktis.....	2
1.5 Landasan Teori.....	3
BAB II Tinjauan Pustaka.....	6
2.1 Lansia.....	6
2.1.1 Definisi.....	6

2.1.2 Demografi Lansia Indonesia.....	6
2.1.3 Pola Hidup Lansia.....	7
2.2 Status Fungsional.....	9
2.3 Sindroma <i>frailty</i> .....	10
2.4 COVID – 19.....	10
2.4.1 Definisi.....	10
2.4.2 Epidemiologi COVID – 19.....	10
2.4.3 Karakteristik COVID – 19.....	11
2.4.4 Gejala Klinis COVID – 19.....	11
2.4.5 Pencegahan COVID – 19.....	12
2.4.6 COVID – 19 dan lansia.....	12
BAB III Metode Penelitian.....	14
3.1 Alat/Bahan yang Digunakan.....	14
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	14
3.3 Subjek Penelitian.....	14
3.4 Besar Sampel.....	14
3.5 Uraian Prosedur Penelitian.....	15
3.6 Uraian Rancangan Penelitian.....	15
3.7 Kriteria Subjek Penelitian.....	18
3.8 Teknik Pengumpulan Data.....	19
3.9 Pengolahan Data.....	19

3.9 Etik Penelitan.....	19
BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	20
4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	20
4.2 Hasil Penelitian.....	21
4.3 Pembahasan.....	34
BAB V Kesimpulan.....	39
5.1 Simpulan.....	39
5.2 Saran.....	39
Daftar Pustaka.....	41
Lampiran.....	44
Riwayat Hidup.....	195



## DAFTAR GAMBAR

Diagram 4.1 : Status Tinggal.....	21
Grafik 4.1 : Aktivitas Fisik Sebelum dan Selama Pandemi.....	22
Diagram 4.2 : Tipe Aktivitas Fisik Sebelum Pandemi.....	23
Diagram 4.3 : Tipe Aktivitas Fisik Selama Pandemi.....	24
Grafik 4.2 : Frekuensi Aktivitas Fisik Sebelum dan Selama Pandemi.....	25
Grafik 4.3 : Durasi Aktivitas Fisik Sebelum dan Selama Pandemi.....	26
Grafik 4.4 : Status Ketenagakerjaan.....	26
Diagram 4.4 : Kegiatan Rekreasi Sebelum Pandemi.....	27
Diagram 4.5 : Kegiatan Rekreasi Selama Pandemi.....	28
Grafik 4.5 : Kegiatan Sosialisasi Sebelum dan Selama Pandemi.....	29
Grafik 4.6 : Skor RAPUH Sebelum dan Selama Pandemi.....	30
Grafik 4.7 : Skor RAPUH dan Aktivitas Fisik Sebelum Pandemi.....	31
Grafik 4.8 : Status Fungsional Sebelum dan Selama Pandemi.....	32
Grafik 4.9 : Aktivitas Fisik dan Status Fungsional Sebelum Pandemi.....	32
Grafik 4.10 : Aktivitas Fisik dan Status Fungsional Sebelum Pandemi.....	33

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Karakteristik Subjek Penelitian.....	20
--	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Persetujuan Etik.....	44
Lampiran 2 : Lembar Kuesioner.....	45
Lampiran 3 : Kuesioner FRAIL / Kuesioner RAPUH.....	53
Lampiran 4 : Kuesioner ADL – Barthel.....	55
Lampiran 5 : Hasil Penelitian.....	59

