

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Skripsi, Desember 2025

**NABILA YUNISA WIJAYA, No. NRP 2210211068
PERBANDINGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN TINGKAT
KEMANDIRIAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 1, JAKARTA TIMUR TAHUN
2025**

RINCIAN HALAMAN (iv + 88 halaman, 10 tabel, 10 lampiran)

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan tingkat aktivitas fisik dan tingkat kemandirian terhadap tingkat kecemasan pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1, Jakarta Timur.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan desain cross-sectional. Subjek penelitian adalah lansia berusia ≥ 60 tahun yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 35 responden. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI), tingkat aktivitas fisik menggunakan *Physical Activity Scale for the Elderly* (PASE), dan tingkat kemandirian menggunakan Barthel Index. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji Mann Whitney untuk menilai perbedaan rerata skor aktivitas fisik dan kemandirian berdasarkan tingkat kecemasan.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah, tingkat kemandirian yang tinggi, serta tidak memiliki kecemasan. Tidak terdapat perbedaan rerata skor tingkat aktivitas fisik antara lansia dengan tingkat kecemasan yang berbeda. Selain itu, tidak ditemukan perbedaan rerata skor tingkat kemandirian antara lansia dengan tingkat kecemasan yang berbeda di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1.

Kesimpulan

Tidak terdapat perbedaan rerata skor tingkat aktivitas fisik dan tingkat kemandirian berdasarkan tingkat kecemasan pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1, Jakarta Timur. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada lansia tidak dipengaruhi secara signifikan oleh tingkat aktivitas fisik maupun tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

Daftar Pustaka : 56 (2015-2025)

Kata Kunci : Lansia, Aktivitas Fisik, Tingkat Kemandirian, Kecemasan

**FACULTY OF MEDICINE
UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Undergraduate Thesis, December 2025

NABILA YUNISA WIJAYA, No. NRP 2210211068

COMPARISON OF PHYSICAL ACTIVITY LEVELS AND INDEPENDENCE ON ANXIETY LEVELS AMONG ELDERLY IN BUDI MULIA 1 SERVICE, 2025

PAGE DETAIL ((iv + 88 pages, 10 tables, 10 appendices)

ABSTRACT

Objective

This study aimed to determine the comparison of physical activity levels and independence levels with anxiety levels among elderly individuals at Budi Mulia 1 Service, East Jakarta.

Method

This study was a descriptive-analytic study with a cross-sectional design. The study subjects were elderly individuals aged ≥ 60 years residing at Budi Mulia 1 Service who met the inclusion and exclusion criteria. Sampling was conducted using a simple random sampling technique, with a total of 35 respondents. Anxiety levels were measured using the Geriatric Anxiety Inventory (GAI), physical activity levels were assessed using the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE), and independence levels were evaluated using the Barthel Index. Bivariate analysis (Mann Whitney Test) was performed to assess differences in mean physical activity and independence scores based on anxiety levels.

Result

The results showed that the majority of respondents had low levels of physical activity, high levels of independence, and did not experience anxiety. There were no differences in the mean physical activity scores among elderly individuals with different levels of anxiety. In addition, no differences were found in the mean independence scores among elderly individuals with different levels of anxiety at Budi Mulia 1 Service.

Conclusion

There were no differences in the mean physical activity scores and independence scores based on anxiety levels among elderly individuals at Budi Mulia 1 Service, East Jakarta. These findings indicate that anxiety levels among the elderly were not significantly influenced by physical activity levels or independence in daily activities.

Reference : 56 (2015-2025)

Keywords : Elderly, Physical Activity, Independence Level, Anxiety