

ABSTRAK

Nama : Regina Callista Asifa Tupamahu (1102019172)
Program Studi : Kedokteran
Judul : Kajian Penuaan pada Lansia serta Profil Antioksidan secara Kualitatif di Kelurahan Sukarame Bandar Lampung dan Tinjauannya menurut Pandangan Islama

Latar Belakang : Proses penuaan yang dilalui oleh individu berusia lanjut akan menyebabkan terjadi penurunan fungsi fungsional maupun seluler. Faktor-faktor yang memengaruhi proses ini terbagi menjadi 2, yaitu faktor internal seperti radikal bebas dan faktor eksternal seperti gaya hidup, lingkungan, dan makanan. Radikal bebas dalam tubuh dapat dinetralkan oleh antioksidan yang berasal dari gaya hidup yang baik dan makanan yang mengandung antioksidan. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya gaya hidup yang baik dan asupan makanan yang benar.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kualitatif etnografi yaitu dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner yang dikombinasikan dengan observasi responden. Kuesioner yang digunakan terbagi dalam 3 analisa yaitu analisa gejala, analisa gaya hidup, dan analisa makanan. Kemudian skor pada 3 analisa tersebut akan dijumlahkan dan menghasilkan kesimpulan kualitatif. Sampel ditetapkan dengan *purposive sampling* dengan analisis hubungan antar variabel bebas menggunakan uji korelasi menggunakan SPSS.

Hasil : Gejala yang dirasakan dan gaya hidup yang dijalani oleh lansia Kelurahan Sukarame Bandar Lampung berperan penting dalam personal profil antioksidan sedangkan asupan makanan yang dipilih oleh lansia memiliki peran lebih rendah dibandingkan dengan gejala dan gaya hidup.

Kesimpulan : Aktivitas fisik seperti berolahraga dan jalan pagi serta meminimalisir paparan sinar UV dengan kombinasi rutin meminum suplemen vitamin memaksimalkan proses penuaan lansia di Kelurahan Sukarame Bandar Lampung. Hal ini sesuai dengan ajaran agama Islam agar memilih makanan yang *halalan thayyiban*

Kata Kunci : *Penuaan, Lansia, Antioksidan, Kualitatif*

ABSTRACT

Name : Regina Callista Asifa Tupamahu (1102019172)
Study Program : Medicine
Title : Study of Aging in the elderly and Qualitative Antioxidant Profiles in Kelurahan Sukarame Bandar Lampung Reviews from Medicine and Islam.

Background: The aging process that felt by elderly will cause a decrease in functional and cellular functions. The factors that influence this process are divided into two factors, internal factors such as free radicals and external factors such as lifestyle, environment, and food. Free radicals in the body can be neutralized by antioxidants that come from a good lifestyle and foods that contain antioxidants. This is in accordance with Islamic view which emphasize the importance of a good lifestyle and proper food intake.

Methods: This study uses a qualitative ethnographic method by conducting interviews using a questionnaire combined with respondent observations. The questionnaire used is divided into three analyzes, there are symptom analysis, lifestyle analysis, and food analysis. Then the scores on the three analyzes will be added up and produce qualitative conclusions. The sample was determined by purposive sampling with analysis of the relationship between each of independent variables using a correlation test using SPSS application.

Result: The symptoms and the lifestyle lived by the elderly in Kelurahan Sukarame, Bandar Lampung play an important role in the personal antioxidant profile while the food intake chosen by the elderly has a lower role than symptoms and lifestyle.

Conclusion: Physical activities such as exercise and morning walks and minimizing UV exposure with a combination of taking vitamin supplements routinely will maximize the aging process of the elderly in Kelurahan Sukarame, Bandar Lampung.

Keywords: Aging, Elderly, Antioxidant, Qualitative