

ABSTRAK

Nama : Rizka Ahadiningtyas Juliana Atmaja
NPM : 160.2012.078
Fakultas : Psikologi
Universitas : Universitas YARSI
Judul Skripsi : **Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Motivasi Menjaga Kesehatan Melalui Aktifitas Fisik Pada Lansia Serta Tinjauannya Dalam Perspektif Islam**

Semakin bertambahnya usia, semakin banyak pula keluhan mengenai kesehatan misalnya, pada rentang usia lanjut. Tingginya keluhan kesehatan pada lansia, membuat lansia dituntut untuk menjaga kesehatan seperti menjalankan aktivitas fisik. Dukungan dari berbagai sumber sangat dibutuhkan lansia dalam menjaga kesehatannya, seperti misalnya dukungan sosial keluarga. Islam juga memandang penting mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Penelitian ini menggunakan partisipan mulai dari usia 60 tahun dengan jumlah 101 lansia di Jakarta. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Social Provisions Scale* yang telah diadaptasi secara bahasa ke bahasa Indonesia, untuk mengukur dukungan sosial keluarga dan *Health Motivation in Physical Activity* sebagai alat ukur motivasi menjaga kesehatan melalui aktivitas fisik. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga berperan signifikan terhadap motivasi menjaga kesehatan melalui aktivitas fisik pada lansia. Dari angka koefesiensi $R^2=0,072$ ($p=0,007 < 0,05$), artinya bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peran sebesar 7,2% terhadap motivasi menjaga kesehatan terhadap lansia yang melakukan aktivitas fisik.

Kata Kunci: Lansia; Dukungan Sosial Keluarga; Motivasi Menjaga Kesehatan

ABSTRACT

Name : Rizka Ahadiningtyas Juliana Atmaja
NPM : 160.2012.078
Faculty : Psikologi
University : Universitas YARSI
Title : **The Role of Familial Social Support Towards Health-Maintaining Motivation Through Physical Activities in Older Adults with a Review in the Islamic Perspective**

During late adulthood, as the ages become older, there are increasing concerns about health. The increasing health concerns in aging adults create demands to maintain health through an assortment of ways, such as physical activities. In addition, support from various sources are needed by older adults to maintain their health, such as social support from family. Islam also perceive health maintaining as an importance. This study used participants aged 60 and over residing in Jakarta (N=101). Sampling method used in this study was accidental sampling. The scales used to measure the variables were the Social Provisions Scale that was adapted to Bahasa Indonesia to measure familial social support and the Health Motivation in Physical Activity questionnaire to measure motivation to maintain health through physical activities. Results from this study indicated that familial social support there is significant role of towards the motivation to maintain health through physical activities in older adults. According to the regression analysis, $R^2=0,072$ ($p=0,007 < 0,05$), which indicated that there are 7,2% of familial social support towards the motivation to stay healthy through physical activities

Keywords: *Older Adults; Familial Social Support; Health-Maintaining Motivation*