

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT  
KEPATUHAN LANJUT USIA DALAM MELAKSANAKAN  
SENAM LANSIA DI POSYANDU KONDANG WARAS  
DESA NGARGOREJO BOYOLALI**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Meraih Gelar Sarjana Keperawatan



**Disusun Oleh**

**ALIF ZAENAL MUTTAQIN**  
**J. 210 060 057**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2010**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi terutama di bidang medis dan kedokteran akan berdampak pada kualitas kesehatan penduduk dan peningkatan umur harapan hidup manusia yang mengakibatkan jumlah usia lanjut semakin meningkat.

Dampak tersebut yaitu peningkatan usia harapan hidup dari 59,8 tahun pada tahun 1990 menjadi 71,7 pada tahun 2020. Selain itu berdasarkan data statistic tahun 1993, populasi lanjut usia di Indonesia di prediksikan meningkat 414% atau empat kali lipat di tahun 2025 di banding tahun 1990 dan hasil ini merupakan yang tertinggi di dunia (Mangoenprasodjo, 2004 : 46).

Salah satu isu kependudukan yang mulai menghangat pada decade terakhir ini adalah peningkatan jumlah penduduk lanjut usia di beberapa Negara di dunia dan khususnya di Indonesia. Turunya tingkat fertilitas dan tingkat kematian akan menghasilkan perubahan fundamental terhadap struktur umur sebagian besar masyarakat dan dapat menambah proporsi dan jumlah penduduk usia tua, termasuk meningkatnya jumlah penduduk usia sangat tua. Pada tahun 1950, di Asia terdapat 55 juta laki-laki dan perempuan yang berusia 65 tahun keatas. Sedangkan pada tahun 2000,

jumlahnya meningkat menjadi 207 juta, dan menurut proyeksi jumlah tersebut akan meningkat lagi pada tahun 2050 menjadi 865 juta orang atau sekitar 20% dari penduduk dewasa (Cicic cit BKKBN, 2000).

Indonesia sebagai salah satu negara di Asia mengalami peningkatan penduduk lansia (60 tahun keatas) yang cukup pesat. Dalam kurun waktu sekitar 50 tahun peningkatanya sudah mencapai tiga kali lipat. Menurut data BPS (1998), jumlah lansia (60 tahun keatas) di Indonesia pada tahun 1971 sekitar 4,9% dari jumlah penduduk, sedangkan pada tahun 1990 sekitar 6,7% kemudian meningkat menjadi 7,6% pada tahun 2000. Pada tahun 2020 diperkirakan lansia mencapai 11,4% dari total penduduk atau sekitar 22 juta jiwa.

Pada usia lanjut akan terjadi proses penuaan secara alamiah yang menimbulkan beberapa masalah antara lain kemunduran fisik pada organ tubuh. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan agar tetap sehat diusia lanjut yaitu dengan memperhatikan faktor gizi dan olah raga. Olah raga yang sering diterapkan pada lansia adalah senam lansia, tentu saja dapat mengikuti senam sesuai tingkat kemampuanya.

Senam lansia ini telah dilakukan diberbagai daerah sebagai program posyandu lansia untuk meningkatkan kebugaran lansia, bahkan pemerintah semakin menggalakkan senam lansia ini dengan mengadakan senam lansia bersama-sama disertai dengan pemeriksaan kesehatan gratis dan perlombaan senam bugar lansia yang di tujukan untuk menarik minat

lansia terhadap senam lansia dan peningkatan kesadaran terhadap kualitas kesehatan lansia, meskipun telah diberikan informasi tentang senam lansia oleh kader posyandu. Namun masih banyak tingkat kepatuhan lansia terhadap senam lansia yang rendah hal itu dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain dukungan keluarga.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 22 Februari 2010 di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali senam lansia dilakukan seminggu satu kali setiap hari jum'at pagi jam 07.00-09.00 khususnya di Posyandu Kondang Waras. Dari data yang di peroleh peneliti, melalui wawancara dengan kader bahwa jumlah lansia yang tercatat di posyandu sebanyak 60 lansia. Adapun kegiatan yang ada di posyandu antara lain penimbangan berat badan, pemeriksaan kesehatan, penyuluhan tentang kesehatan. Di Posyandu Kondang Waras selain kegiatan yang disebutkan diatas ada juga kegiatan senam lansia, karena dilihat dari fasilitas dan lokasi sangat memungkinkan untuk diadakanya kegiatan senam lansia, tetapi beberapa bulan ini jumlah lansia yang mengikuti senam berkurang. Pada tahun 2009 tercatat ada 40 lansia yang aktif mengikuti senam, tetapi pada bulan Januari 2010 hanya tercatat 20 lansia yang mengikuti senam lansia.

Dari beberapa keluarga lansia yang diwawancarai mengatakan bahwa beberapa keluarga kurang mendukung lansia dalam mengikuti senam lansia, dikarenakan keluarga lansia sudah terlalu sibuk dengan

pekerjaannya sendiri, terbukti dari lansia yang hadir mengikuti senam lansia hanya sekitar 30% dari jumlah lansia yang ada.

Dari fenomena di atas peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia Di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali”

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengetahui “Adakah hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan lanjut usia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **a. Tujuan Umum**

Diketahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan lanjut usia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali.

### **b. Tujuan Khusus**

a. Diketuinya dukungan keluarga terhadap senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali.

- b. Diketuainya tingkat kepatuhan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Peneliti

Dapat memperdalam pengetahuan tentang penelitian dan menambah wawasan tentang penelitian yang dilakukan.

2. Bagi Kader Posyandu Lansia

Dapat dijadikan masukan terhadap upaya peningkatan kesehatan lansia dan upaya pengambilan kebijakan terhadap upaya kelangsungan kegiatan senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali.

3. Bagi Puskesmas

Dapat dijadikan masukan dan upaya peningkatan terhadap senam lansia di Posyandu Kondang Waras Desa Ngargorejo Boyolali.

4. Bagi Keluarga

Dapat dijadikan sebagai masukan untuk mengetahui sejauh mana keluarga itu dapat menjadi pendukung bagi peningkatan kesehatan lansia sehingga dapat berjalan sesuai dengan fungsinya.

#### 5. Bagi Ilmu Keperawatan

Dapat dijadikan sebagai masukan terutama untuk kerawatan keluarga, keperawatan komunitas dan keperawatan lansia untuk dapat menerapkan dan mengembangkan keilmuannya.

#### 6. Bagi Peneliti Lain

Hasil peneliti ini dapat sebagai pengetahuan, masukan dan pengembangan ilmu keperawatan di masa akan datang.

#### 7. Bagi Lansia

Dapat memotivasi lansia dalam melaksanakan senam lansia dan menumbuhkan kesadaran untuk melaksanakan senam lansia.

### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang penulis ketahui hampir serupa adalah penelitian yang dilakukan oleh Dita Adinata (2007) mengenai “Pelaksanaan Senam Lansia Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Wreda” menggunakan metode penelitian non-eksperimental dengan analisa komparatif dan menggunakan pendekatan prospective cohort study dengan jumlah sampel 31 responden yang diambil dengan total sampling, instrumen yang dipakai adalah Geriatric Depression Scale (GDS) oleh Brink Da Yesavage (1982). Data dianalisa menggunakan uji Wilcoxon Test, hasil yang didapat yaitu setelah melakukan senam lansia seseorang akan mengalami penurunan tingkat depresi kearah yang lebih baik.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan yaitu berbeda pada subyek penelitian, variabel penelitian, instrument yang digunakan dan mengenai waktu dan tempat penelitian berlangsung.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Rondhianto (2004) mengenai “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Perpisahan Akibat Hospitalisasi Pada Pasien Anak Usia Prasekolah Di Bangsal Anak RSUD Muhammadiyah Yogyakarta” yang menggunakan metode penelitian non eksperimental dengan pendekatan cross sectional, pengambilan sample dengan inidental sampling, data dianalisa menggunakan rumus Spearman Rank. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi yang negatif antara dukungan keluarga dengan kecemasan perpisahan pada pasien anak usia prasekolah dengan tingkat korelasinya sedang. Jadi semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan, maka akan menekan munculnya kecemasan perpisahan pada anak usia prasekolah.

Perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah pada variabel terikat, jumlah dan metode pengambilan sampel, analisa data dan mengenai waktu dan tempat penelitian berlangsung.

Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh Nana Dian Subari, 2008 tentang “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Penderita Diabetes Mellitus Dalam Mengikuti Senam Diabetes Mellitus Dirumah Sakit Dr.Oen Solo Baru”. Penelitian ini merupakan penelitian

kuantitatif non eksperimen yang menggunakan metode deskriptif korelational dengan pendekatan *cross sectional*.

Analisa data diuji dengan SPSS dengan analisa *che square*, hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan keaktifan penderita diabetes mellitus dalam mengikuti senam diabetes mellitus.