

**PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL TERHADAP
AKTIFITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA
DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi

Disusun Oleh:

IKA FITRI WULAN DHARI

J110100036

**PROGRAM STUDI D IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

**PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL
TERHADAP AKTIFITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI
PADA LANSIA DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dalam ujian skripsi
Program Studi D IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

Nama : Ika Fitri Wulan Dhari

NIM : J110100036

Telah disetujui oleh :

Pembimbing I



Totok Budi Santoso S.Fis.MPH

Pembimbing II



Wahyuni S.Fis.M.Kes

PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI




D IV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Di bawah ini menyatakan sanggup menguji skripsi pada hari/tanggal: 10 juli 2014. Dan waktu pukul: 08.00 WIB yang telah disetujui bagi mahasiswa atas nama: Ika Fitri Wulan Dhari, NIM: J110100036 dengan judul skripsi **"PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL TERHADAP AKTIFITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN"**

Nama Penguji	Tanggal Persetujuan	Tanda Tangan
1. Totok Budi Santoso, S.Fis.MPH	10 Juli 2014	
2. Umi Budi Rahayu, S.Fis.M.Kes	10 Juli 2014	
3. Agus Widodo, S.Fis,M.Fis	10 Juli 2014	

Demikian persetujuan ini di buat. Semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Disetujui

Koordinator Skripsi



Sugiono, SSt. Ft

PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL
TERHADAP AKTIFITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI
PADA LANSIA DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :




Ika Fitri Wulan Dhari

J110100036

Telah dipertahankan didepan Dewan penguji

Pada tanggal 10 juli 2014

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

1. Totok Budi Santoso, S.Fis.MPH ()
2. Umi Budi Rahayu, S.Fis.M.Kes ()
3. Agus Widodo, S.Fis.M.Fis ()

Surakarta

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan




Suwadji, M. Kes

DEKLARASI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ika Fitri Wulan Dhari

NIM : J110100036

Jurusan : Fisioterapi D IV

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL TERHADAP AKTIFITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI PEDESAAN DAN PERKOTAAN”** ini adalah betul-betul hasil karya sendiri. Hal – hal yang bukan karya saya dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka, serta dalam bentuk kutipan yang sudah diketahui sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi baik secara akademik maupun hukum.

Surakarta, 16 Juli 2014

Penulis



Ika Fitri Wulan Dhari

PERSEMBAHAN

Karya tulis ini kupersembahkan kepada :

1. Allah SWT Rabb Semesta Alam, Nabi Muhammad SAW Pemimpin Umat Muslim, Islamku, Indonesiaku tercinta dan almamaterku yang saya banggakan.
2. Kedua orang tuaku Bapak Parno, S.Pd dan Ibu Srikayah
3. Mas Lucky Hardianto
4. Sahabat-sahabatku Danar, Galih, Nisa, Yuyun, Mirna
5. Dan untuk seluruh DIV Fisioterapi angkatan 2010, sahabat-sahabat seperjuangan dalam suka dan duka, tetap semangat.

MOTTO

- ❖ Mengerjakan segala sesuatu semua tergantung niatnya setengah hati atau sepenuh hati.
- ❖ Dengan mengeluh tidak akan menyelesaikan masalah, tapi cobalah selalu bersyukur atas apa yang kamu dapatkan dan berusaha lebih keras untuk.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah mencurahkan rahmat dan berkah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Keseimbangan Postural Terhadap Aktivitas Kehidupan Sehari-hari Pada Lansia Di Pedesaan Dan Perkotaan”**

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Dr. Suwadji, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini, S.Fis.M.Sc, selaku Ketua Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Bapak Totok Budi Santoso, S.Fis.MPH, selaku pembimbing I yang telah sabar membimbing untuk menyelesaikan skripsi ini

5. Ibu Wahyuni, S.Fis.M.Kes selaku pembimbing II yang telah membantu membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Umi Budi Rahayu S.Fis,M.Kes selaku penguji II, atas masukan yang diberikan untuk penyelesaian skripsi ini
7. Bapak Agus Widodo S.Fis.M.Fis selaku penguji III, atas masukan yang diberikan untuk penyelesaian skripsi ini
8. Bapak/Ibu dosen Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta, atas ilmu yang telah diberikan
9. Kedua orang tuaku Bapak Parno, S.Pd dan Ibu Srikayah yang amat ku sayangi telah memberikan kasih sayang, motivasi, semangat, nasehat, do'a, dan materi yang tiada hentinya dan tiada terhitung
10. Kakakku Hilmi Zadah Faidlullah sudah banyak mendukung, memberi inspirasi, nasehat, motivasi.
11. Mas Lucky Hardianto untuk semangatnya dan selalu mengingatkan dalam segala hal ☺
12. Om Achmadi dan Tante Suparti, dek lala, dek khansa yang menjadi orang tua keduaku selama di solo.
13. Teman-teman KPMKT Solo yang sudah seperti keluarga kedua yang selalu membawa keceriaan, senang menjadi bagian dari kalian
14. Sahabat-sahabatku chik-chikbelle (dandar, galih, mirna, nisa, yuyun) yang selalu berbagi dalam suka dan duka selama 4 tahun dan untuk teman seperjuangan pembimbing skripsi Yesi Septiana.

15. Teman-teman kelompok komprehensif 8 bulan danang, ilham, yuyun banyak kenangan yang kita lewatkan bersama.
16. Para lansia Posyandu Wreda Asih dan Mawar Indah yang telah membantu jalannya penelitian dalam skripsi ini.
17. Ade-ade fisioterapi 2011 dan 2012 Ellen, ike, tury, eny, pungky, bayu dan rinda sudah banyak membantu dalam penelitian skripsi ini
18. Teman-teman seperjuangan di jurusan D-IV Fisioterapi angkatan 2010 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 16 Juli 2014

Penulis

Ika Fitri Wulan Dhari

RINGKASAN
(Ika Fitri Wulan Dhari, 2014, 52 Halaman)

**PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL TERHADAP
AKTIVITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI
PEDESAAN DAN PERKOTAAN**

Persebaran penduduk yang tidak merata antara desa dengan kota akan menimbulkan berbagai permasalahan kehidupan sosial kemasyarakatan. Permasalahan tersebut antara lain perbedaan status ekonomi, tingkat pendapatan, tingkat pendidikan, gaya hidup dan karakteristik lingkungan berpengaruh terhadap status kesehatan. Faktor ekonomi yaitu pendapatan yang lebih rendah terjadi di daerah pedesaan erat kaitannya dengan status kesehatan yang lebih buruk, ini karena keamanan lingkungan tempat tinggal kurang dan akses ke layanan kesehatan yang tidak mudah untuk dijangkau, serta nutrisi yang kurang (Wanless, 2001).

Pada lansia terjadinya proses penurunan fungsi dan kekuatan otot yang akan mengakibatkan penurunan kemampuan mempertahankan keseimbangan postural lansia. Akibat gangguan keseimbangan adalah kemunduran terutama di bidang kemampuan fisik sehingga timbul gangguan dalam hal mencukupi aktivitas kebutuhan sehari-harinya sehingga dapat meningkatkan ketergantungan untuk memerlukan bantuan orang lain (Nugroho, 2008).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di pedesaan dan perkotaan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Desain penelitian ini yaitu *Point Time Approach*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 70 orang yang masing-masing 35 orang mewakili kriteria lansia pedesaan bertempat di posyandu lansia Wreda Asih, desa Luwang, kecamatan Gatak, kabupaten Sukoharjo dan 35 orang mewakili kriteria perkotaan bertempat di posyandu lansia Mawar Indah, Banaran, Kecamatan Kartasura, kabupaten Sukoharjo yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi

Uji beda pengaruh keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari di pedesaan dan di pedesaan menggunakan independent sample t test menunjukkan hasil 0.009 pada keseimbangan postural dan 0,035 pada aktivitas kehidupan sehari-hari. Kesimpulan bahwa terdapat beda pengaruh antara keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di pedesaan dan perkotaan.

ABSTRAK

PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, JULI 2014

IKA FITRI WULAN DHARI/ J110100036

“PENGARUH KESEIMBANGAN POSTURAL TERHADAP AKTIVITAS
KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI PEDESAAN DAN
PERKOTAAN”

(Dibimbing oleh: Totok Budi Santoso,S.Fis. MPH dan Wahyuni S.Fis.M.Kes)

Latar Belakang : Persebaran penduduk yang tidak merata antara desa dengan kota akan menimbulkan berbagai permasalahan kehidupan sosial kemasyarakatan. Salah satunya perbedaan status ekonomi, tingkat pendapatan, tingkat pendidikan, gaya hidup dan karakteristik lingkungan yang berpengaruh terhadap status kesehatan terutama terjadi pada lansia di pedesaan dan perkotaan. Pada lansia di perkotaan dengan aktifitas fisik secara teratur menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan kesehatan lansia di pedesaan dengan aktivitas kegiatan kerja yang dilakukan sepanjang hidup seperti bertani dan beternak. Keseimbangan postural lansia yang tidak dikontrol, meningkatkan resiko jatuh dan kemunduran terutama di bidang kemampuan fisik sehingga timbul gangguan dalam hal mencukupi aktivitas kebutuhan sehari-harinya (AKS) sehingga dapat meningkatkan ketergantungan untuk memerlukan bantuan orang lain.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di daerah pedesaan dan di perkotaan serta untuk mengetahui beda pengaruh keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di daerah pedesaan dan perkotaan.

Metodologi Penelitian: Penelitian ini menggunakan bentuk *observasional Cross Sectional* dengan desain penelitian *Point Time Approach*. Responden dalam penelitian ini sebanyak 70 orang dibagi dalam dua kelompok yaitu 35 orang mewakili kriteria lansia pedesaan dan 35 orang mewakili kriteria lansia perkotaan.

Pengukuran keseimbangan postural menggunakan *Berg Balance Scale* dan pengukuran aktivitas kehidupan sehari-hari menggunakan *Indeks Barthel*.

Hasil Penelitian: Hasil uji beda pengaruh menggunakan *independent sample t test* menunjukkan hasil p value 0.009 pada keseimbangan postural dan 0,035 pada aktivitas kehidupan sehari-hari

Kesimpulan: Ada perbedaan pengaruh antara keseimbangan postural terhadap aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di pedesaan dan perkotaan.

Kata Kunci : Keseimbangan postural, aktivitas kehidupan sehari-hari, pedesaan, perkotaan

ABSTRACT

STUDY DIV PHYSIOTHERAPY
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
MINI THESIS, JULY 2014

IKA FITRI WULAN DHAR / J110100036

"POSTURAL BALANCE EFFECT OF DAILY LIFE ACTIVITIES IN ELDERLY IN RURAL AND URBAN"

(Advisor: Totok Budi Santoso, S.Fis.MPH and Wahyuni S.Fis. M.Kes)

Background: Uneven population distribution between the village and the town would cause various problems social life. One of these differences in economic status, income level, education level, lifestyle and environmental characteristics that affect health status in the elderly is particularly the case in rural and urban areas. In the elderly in urban areas with regular physical activity showed better results than the elderly in rural health work activities with the activities undertaken throughout life such as farming and animal husbandry. Elderly postural balance that is not controlled, increasing the risk of falls and setbacks, especially in the field of physical abilities so as enough problems arise in terms of day-to-day activities so as to increase the dependency to require the help of others.

Objective: To determine the effect of postural balance of the activities of daily life of the elderly in rural and urban areas and to investigate the influence of different postural balance of the activities of daily life of the elderly in rural and urban areas. **Methods:** This study used an observational cross-sectional shape with design research Point Time Approach. Respondents in this study as many as 70 people were divided into two groups: 35 people representing 35 criteria elderly rural and urban elderly people represent criteria. Measurement of postural balance using the Berg Balance Scale and measurement activities of daily life using the Barthel Index. **Results:** The results influence of different test results using independent sample t test results showed p value 0.009 and 0.035 on postural balance the activities of daily life. **Conclusion:** There is a difference between the effect of postural balance the activities of daily life of the elderly in rural and urban areas.

Keywords: Postural balance, activity of daily life, rural, urban

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PENETEPAN PENGUJI	iv
HALAMAN DEKLARASI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
HALAMAN RINGKASAN.....	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Dasar Teori.....	5
1. Lansia.....	5
a. Definisi.....	5
b. Proses Menua.....	5
c. Perubahan Fisiologis Menua.....	6
2. Keseimbangan.....	7
a. Definisi.....	7
b. Fisiologi Keseimbangan.....	7
c. Cara Mengukur Keseimbangan.....	8
3. Aktifitas Kehidupan Sehari-hari	10
a. Definisi.....	10
b. Cara pengukuran Aktivitas	10
4. Pedesaan Dan Perkotaan	11
a. Definisi Desa.....	11
b. Definisi Kota.....	12
5. Keseimbangan Lansia di Pedesaan dan Perkotaan	12
a. Faktor Biologis	12
b. Faktor Lingkungan	13
c. Faktor sosial ekonomi.....	13
B. Kerangka Pikir	14
C. Kerangka Konsep.....	15
D. Hipotesis	15

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	16
D. Variabel.....	17
E. Definisi Konseptual.....	17
F. Definisi Operational.....	18

G. Jalannya Penelitian.....	19
H. Teknik Analisa Data.....	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil dan Pembahasan.....	21
1. Deskripsi data Pedesaan.....	21
2. Deskripsi data Perkotaan.....	21
3. Uji Hipotesis	31
B. Keterbatasan Penelitian	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	35
B. Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	36

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 <i>Berg balance scale</i> (Fenderson & Wen K. Ling, 2009).....	9
Tabel 1.2 <i>Indeks Barthel</i> (Setiaharja, 2005).....	11
Tabel 1.3 Karakterisrik responden menurut jenis kelamin	22
Tabel 1.4 Karakterisrik responden menurut jenjang pendidikan	23
Tabel 1.5 Karakterisrik responden menurut tingkat pendapatan	24
Tabel 1.6 Karakterisrik responden menurut jenis pekerjaan.....	25
Tabel 1.7 Karakterisrik responden menurut intensitas berolahraga	26
Tabel 1.8 Karakterisrik responden Indeks massa tubuh laki-laki	27
Tabel 1.9 Karakterisrik responden Indeks massa tubuh perempuan	28
Tabel 1.10 Hasil pengukuran keseimbangan	29
Tabel 1.11 Hasil pengukuranaktifitas kehidupan sehari-hari.....	30
Tabel 1.12 uji normalitas data.....	31
Tabel 1.13 uji hipotesis <i>independet sample t test</i>	32
Tabel 1.14 uji <i>person correlation product moment</i> pedesaan.....	33
Tabel 1.15 uji <i>person correlation product moment</i> pedesaan.....	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.3 Kerangka pikir.....	14
Gambar 1.4 Kerangka konsep.....	15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat pernyataan persetujuan penelitian

Lampiran 2 Lembar Kuisisioner

Lampiran 3 Tabel Indeks Barthel

Lampiran 4 Tabel Berg Balance Scale

Lampiran 5 Data Lansia Wreda Asih dan data Lansia Mawar Indah

Lampiran 7 Tabel uji statistik

Lampiran 8 Dokumentasi

Lampiran 9 Data Responden