

**PERAN KELUARGA DALAM PEMBINAAN FISIK USIA LANJUT
DI DUKUH PLOSOREJO KEDUNGGALAR NGAWI JATIM**

2006

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



ARMITA KURNIASIH

NIM: 2002 032 0036

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2006

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah

**PERAN KELUARGA DALAM PEMBINAAN FISIK USIA LANJUT DI
DUKUH PLOSOREJO KEDUNGGALAR NGAWI JATIM 2006**

Telah Disetujui Untuk Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta


Pada Tanggal: 07 Agustus 2006

ARMITA KURNIASIH

2002 032 0036

Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Catur Budi Susilo, S.Pd., S.Kep., M.Kes.

Pembimbing II



Widarti, S.Kep., Ns

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

**PERAN KELUARGA DALAM PEMBINAAN FISIK USIA LANJUT DI
DUKUH PLOSOREJO KEDUNGGALAR NGAWI JATIM 2006**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:



09 agustus 2006

Oleh:

ARMITA KURNIASIH
2002 032 0036

Penguji

1. **Catur Budi Susilo, S.Pd., S.Kep., M.kes.**
2. **Widarti, S.Kep., Ns.**
3. **Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep., Ns.**

()
()
(*fanyun*)

Mengetahui:

Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



(**dr. Erwin Santosa, Sp.A., M.Kes**)

INTISARI

Keluarga merupakan asset yang paling penting bagi usia lanjut untuk memberikan perawatan, penanganan dan perhatian sehingga dapat memperpanjang umur harapan hidup usia lanjut. Hasil studi pendahuluan tentang peran dari keluarga terhadap aktifitas fisik usia lanjut yang mengikuti senam menunjukkan angka yang cukup rendah, ditunjukkan dengan perbandingan jumlah usila di dukuh Plosorejo dengan jumlah usila yang mengikuti senam hanya 25%.

Penelitian ini difokuskan pada peran keluarga dalam pembinaan fisik usia lanjut. Peran keluarga tersebut yaitu pemenuhan kebugaran usia lanjut dengan mengikutsertakan dalam kegiatan senam lansia, cara pencegahan penyakit, dan cara merawat usia lanjut di rumah.

Responden dalam penelitian ini adalah 56 orang di dukuh Plosorejo, Kedunggalar, Ngawi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan jenis penelitian kuantitatif. Alat penelitian berupa kuesioner yang telah di uji cobakan kepada 25 responden.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata peran keluarga dalam pembinaan fisik usia lanjut kurang baik, dan masih belum optimal.

Kata Kunci: peran keluarga, kebugaran usia lanjut, pencegahan penyakit, cara merawat

ABSTRACT

Family is an important asset for the elderly to given care, preventive and attention for them, so it can make longer their age and life expectancy. Result in prelimiery study the physical activity elderly to join gymnastics is showed by low rate which based on rate of exchange totality elderly in Plosorejo village. It is just 25%.

This research is focused to family role in founding physical of elderly. It is fully health of elderly by joining in gymnastics, methods to prevent disease and care elderly in home.

Respondent in this research is amount 56 people in Plosorejo village, Kedunggalar, Ngawi. It is research by using descriptive and quantitative method. The instrument is questionnaire and have shows been trained for 25 person.

Result of this research that rates of family role in founding physical elderly is unfavourable, and it is not optimal yet.

Keyword: Family role, healthy of elderly, preventive of disease, method of care elderly at home.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah rabbil'amin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan nikmat, rahmat serta hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Tidak lupa juga penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu selama penyusunan karya tulis ilmiah ini, terutama kepada:

1. Bapak, Ibu serta adikku tercinta yang telah memberikan spirit baik moril maupun material serta doa yang tak henti-hentinya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ini.
2. Bapak dr. Erwin Santosa, Sp.A, M.Kes., selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Bapak Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes., selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. Ibu Widarti, S.Kep, Ns., selaku pembimbing II yang dengan kesabarannya membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

5. Ibu Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep, Ns., selaku penguji III yang dengan kesabarannya dalam memberikan saran-saran kepada penulis sebagai bahan masukan dan perbaikan.
6. Ibu Narko selaku penggerak senam lansia di dukuh Plosorejo, serta ibu-ibu responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner.
7. Teman-teman *kos flamboyan* dan teman-teman PSIK angkatan 2002, serta pihak-pihak lain yang belum tersebut namanya yang telah memberi dukungan dan semangat kepada penulis.

Semoga bantuan yang diberikan menjadi amal sholeh dan mendapat imbalan serta ridhoi Allah SWT.

Akhirnya penulis berharap semoga karya tulis ini bermanfaat bagi pembaca, khususnya keperawatan gerontik. Penulis menyadari masih banyak yang perlu diperbaiki, untuk itu penulis berharap kritik dan saran dari semua pihak sebagai bahan masukan untuk koreksi dan perbaikan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 09 Agustus 2006

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
INTISARI	iv
ABSTRACT	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I Pendahuluan	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup	7
F. Keaslian Penelitian	7

BAB II	Tinjauan Kepustakaan	9
A.	Tinjauan Pustaka	9
A.	Peran	9
B.	Keluarga	9
a.	Pengertian Keluarga	9
b.	Karakteristik Keluarga	10
c.	Tipe-tipe Keluarga	11
d.	Fungsi Keluarga	12
C.	Peran Keluarga Terhadap Usila	14
D.	Aktifitas Fisik	16
a.	Pengertian	16
b.	Tujuan Senam Lansia	17
c.	Manfaat Senam bagi Usila	18
d.	Manfaat Bagi Kesehatan	28
e.	Tehnik/Cara berlatih	29
E.	Perawatan Usila	30
a.	Pengertian	30
b.	Tujuan Perawatan Usila	32
c.	Tindakan perawatan Di Rumah	32
d.	Keperawatan Kesehatan Dasar	33
B.	Kerangka Konsep	35
C.	Pertanyaan Penelitian	36

BAB III Metodologi Penelitian	37
A. Desain Penelitian	37
B. Populasi Dan sample	37
C. Definisi Operasional Variabel	38
D. Cara Pengumpulan Data	38
E. Instrumen Penelitian	38
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	39
G. Analisis Data	41
H. Jalannya Penelitian	42
I. Kesulitan Penelitian	43
J. Kekuatan Dan Kelemahan Penelitian	43
BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan	44
A. Gambaran Tempat Penelitian	44
B. Karakteristik Responden	45
C. Hasil Penelitian	47
C. Pembahasan	48
BAB V Kesimpulan dan saran	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Pemberian Skor Jawaban	39
Tabel 2. Karakteristik Responden	46
Tabel 3. Distribusi peran keluarga terhadap kebugaran usila	47
Tabel 4. Distribusi peran keluarga terhadap pencegahan penyakit	47
Tabel 5. Distribusi peran keluarga terhadap cara merawat	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian	35
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen Kuesioner
- Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Persetujuan Keluarga Sebagai Responden
- Lampiran 4. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5. Hasil Distribusi Proporsi Responden
- Lampiran 6. Hasil Distribusi Proporsi Peran Keluarga Dalam Pembinaan Fisik
Usila
- Lampiran 7. Hasil Distribusi Proporsi Instrumen
- Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian