

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN TINGKAT KEBUGARAN
TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA DI KASIHAN,
BANTUL**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana
Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh

HAZNAH FARIS NAFISAH SYAFI'I

20200320083

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

2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Haznah Faris Nafisah Syafi'i

NIM : 20200320083

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya tulis saya dan belum diajukan dalam bentuk apapun diperguruan tinggi manapun. Seluruh sumber informasi yang digunakan dalam skripsi ini telah disebutkan didalam teks dan dicantumkan ke dalam daftar pustaka bagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti ditemukan kesamaan ataupun hasil penjiplakan dari skripsi ini, maka saya siap bertanggung jawab dan menerima semua konsekuensi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 03 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Haznah Faris Nafisah Syafi'i

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, berkat, dan pertolongan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan skripsi yang berjudul Hubungan Aktifitas Fisik dan Tingkat Kebudagaran terhadap Risiko Jatuh pada Lansia di Kasihan, Bantul. Selama penyusunan laporan skripsi ini banyak melalui tantangan, namun berkat bimbingan, bantuan, dan kerjasama dari berbagai pihak akhirnya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian ini.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini banyak mendapat bantuan, dukungan, bimbingan dari berbagai pihak sehingga laporan skripsi ini dapat diselesaikan.

1. Allah SWT yang telah memberi berkah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan skripsi.
2. Ibu Sutantri, Ns., M.Sc., Ph.D. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Bapak Dinasti Pudang Binoriang, M. Kep., Ns., Sp. Kep.Kom. Selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan dukungan, semangat, dan pengarahan kepada penulis agar laporan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Bapak Nopriyan Ekadinata., PhD. Selaku dosen penguji yang memberikan pengarahan kepada penulis.
5. Kedua Orang tua saya, Bapak Imam Safingi dan Ibu Kholilatul Ummah, yang selalu mendukung dan mendoakan saya dengan sepenuh hati dalam menyusun laporan skripsi ini.
6. Saudara kandung saya, Naufal Farras Rayhan Syafi'i yang sudah menjadi kakak yang selalu ada dalam situasi apapun dan mampu menjadi tempat cerita dan selalu memberikan masukan jika saya ada masalah.

7. Sahabat saya until jannah Fiona Meylawati, Faradhita Afira Octa Priheningtyas, Adelia Priska Amanda, dan Dila Gusiana Handayani yang sudah setia dan tulus menemani dari awal perkuliahan sampai saat ini semoga persahabatan ini akan terus berlanjut sampai nanti dan selalu terus memberikan *support* satu sama lain.
8. Sahabat saya slayy Anisa Dwijayanti, Nezta Alfiyati Sa'adah, Syabina Aghna Najuba, Wardah Hafizh, Yosinta Agustin, Nabila Garnis Pramesti, dan Shelany Anugerah yang sudah memberikan dukungan dan *support* dalam menyusun laporan skripsi ini. Semoga setelah kita lulus nanti bisa tercapai semua apa yang kalian inginkan.
9. Teman-teman PSIK angkatan 2020 yang sudah memberikan dukungan, semangat, perhatian, dan kekuatan kepada penulis.

Wasalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 03 Mei 2024
Yang membuat pernyataan



Haznah Faris Nafisah Syafi'i

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR SINGKATAN	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Penelitian Terkait	9
Tabel 1. 1 Penelitian Terkait	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Landasan Teori.....	14
B. Kerangka Teori.....	26
.....	26
C. Kerangka Konsep	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	30
D. Variabel Penelitian	32
E. Definisi Operasional.....	33

F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	40
H. Cara Pengumpulan Data.....	42
I. Pengelolaan dan Metode Analisis Data	45
J. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	56
C. Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	69
LAMPIRAN 1	69
LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN	69
LAMPIRAN 2	71
LAMPIRAN 3	72
LAMPIRAN 4	73
LAMPIRAN 5	77
LAMPIRAN 6.....	79
LAMPIRAN 7	80
LAMPIRAN 8.....	81
LAMPIRAN 9	82
LAMPIRAN 10.....	83
LAMPIRAN 11	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Penelitian Terkait	9
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	33
Tabel 3. 2 Interpretasi PASE.....	38
Tabel 3. 3 Interpretasi TUG	39
Tabel 3. 4 Interpretasi Test Kebugaran	40
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian meliputi Usia dan Jenis Kelamin	51
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian meliputi Usia	52
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian meliputi Aktivitas Fisik	52
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian meliputi Tingkat Kebugaran.....	53
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian meliputi Risiko Jatuh.....	53
Tabel 4. 6 Hasil Uji Chi Square Usia dengan Risiko Jatuh	54
Tabel 4. 7 Hasil Uji Chi Square Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh	55
Tabel 4. 8 Hasil Uji Chi Square Tingkat Kebugaran dengan Risiko Jatuh.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	28