

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
PEMANFAATAN SENAM LANSIA DI PUSKESMAS
PORIAHA KABUPATEN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2018**

SKRIPSI

OLEH:

MUTIARA MITA SEMBIRING
NIM : 1602022024



**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2018**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
PEMANFAATAN SENAM LANSIA DI PUSKEMAS
PORIAHA KABUPATEN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2018**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat dan Memeroleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M.)**

Oleh :

MUTIARA MITA SEMBIRING

NIM : 1602022024



**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : **Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018**

Mutiara Mita Sembiring

Nama Mahasiswa : **1602022024**

Nomor Induk Mahasiswa : **Administrasi dan Kebijakan Kesehatan**

Program Studi :

Menyetujui

Komisi Pembimbing:

Medan, 12 Oktober 2018

Pembimbing I

Pembimbing II

(Khairatunnisa., S.K.M., M.Kes.)

(Dian Maya Sari Siregar., S.K.M., M.Kes.)

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Institut Kesehatan Helvetia

Dekan

(Dr. Ayi Darmana., M.si.)

Telah Diuji pada Tanggal: 12 Oktober 2018

PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Ketua : Khairatunnisa., S.K.M., M.Kes

Anggota : 1. Dian Maya Sari Siregar., S.K.M., M.Kes

2. dr. Mara Laut Siregar., M.K.M

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini Saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) di Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan masukan timpenalaah/tim penguji.
3. Isi skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Medan, 12 Oktober 2018
Yang Membuat Pernyataan

Mutiara Mita Sembiring
NIM 1602022024

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



I. DATA PRIBADI

Nama : Mutiara Mita Sembiring
Tempat, Tanggal Lahir : Sibolga, 17 Maret 1990
Agama : Protestan
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 5 (kelima) dari 5 (lima) bersaudara

II. IDENTITAS ORANG TUA

Nama Ayah : Drs. Ngalemi Sembiring, M.M
Pekerjaan Ayah : Pensiunan PNS
Nama Ibu : Esther Mariana Bangun
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Jl. Lizardi Putra, Bougenviile III, Komplek
Kejaksaan, Simpang Selayang-Medan

III. PENDIDIKAN

1. Tahun 1996-2002 : SD Santa Melania Sibolga
2. Tahun 2002-2005 : SMP Swasta Fatima 1 Sibolga
3. Tahun 2005-2008 : SMA Tri Ratna Sibolga
4. Tahun 2008-2011 : Diploma III Akademi Kebidanan Imelda
Medan
5. Tahun 2016-2018 : S1-Kesehatan Masyarakat Helvetia Medan

ABSTRAK**FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
PEMANFAATAN SENAM LANSIA DI PUSKESMAS
PORIAHA KABUPATEN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2018**

MUTIARA MITA SEMBIRING
NIM : 1602022024

Senam lansia adalah bentuk peran serta masyarakat lansia dalam bidang kesehatan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Berdasarkan data Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2018 kunjungan senam lansia tiap bulannya sangat sedikit hanya 20 orang karena merasa belum mengetahui secara pasti manfaat dari senam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja faktor yang berhubungan dengan pemanfaatan senam lansia di wilayah kerja Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2018.

Jenis penelitian ini adalah *survei explanatory research* dengan pendekatan *cross sectional*, Populasi penelitian ini adalah seluruh lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2018 sebanyak 614 orang dengan jumlah sampel sebanyak 86 orang yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan statistik uji *chi square* pada tingkat kepercayaan 90%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel pengetahuan diperoleh nilai ($p=0,027$), sikap diperoleh nilai ($p=0,000$), akses diperoleh nilai ($p=0,002$), dukungan keluarga diperoleh nilai ($p=0,004$), dan nilai dukungan tenaga kesehatan diperoleh ($p=0,522$).

Disarankan kepada Puskesmas Kabupaten Tapanuli Tengah supaya membuat sosialisasi senam lansia dan membuat lokasi senam yang mudah dijangkau oleh sebagian besar lansia.

Kata Kunci : Faktor-faktor yang berhubungan, Pemanfaatan Senam Lansia

Daftar Pustaka : 10 buku dan 21 internet

**THE RELATED FACTORS TO THE ELDERLY GYMNASTIC
UTILIZATION AT PORIAHA HEALTH CENTER
TAPANULI TENGAH DISTRICT 2018**

**MUTIARA MITA SEMBIRING
1602022024**

Study Program: SI Public Health

Elderly gymnastics is a form of participation of the elderly in the health sector to achieve optimal health status. Based on data from the Central Tapanuli District Poriaha Health Center in 2018, there were only 20 elderly gymnastics visits. The aim of this study was to find out what factors were related to the use of elderly gymnastics in the working area of Poriaha Health Center Central Tapanuli District in 2018.

The type of this research is an explanatory research survey with a cross-sectional approach. The population of this research was 614 respondents at Poriaha Health Center Central Tapanuli District with a total sample of 86 respondents taken by accidental sampling technique. Data analysis used univariate and bivariate analysis with chi-square test statistics at a confidence level of 90%.

The results showed that there was a relationship of knowledge ($p = 0.027$), attitude ($p = 0,000$), access ($p = 0.002$), family support ($p = 0.004$) with the use of elderly gymnastics and no relationship between health personnel support ($p = 0.522$) with utilization of elderly gymnastics at Poriaha Health Center Central Tapanuli District in 2018.

It was recommended that the Central Tapanuli Health Center make socialization of elderly gymnastics and make the location of gymnastics easily accessible to most elderly respondents.

Keywords: Related factors, Elderly Gymnastic Utilization

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat dan anugrah-Nya yang berlimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018”** .

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M). pada Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak, baik dukungan moril, materil dan sumbangan pemikiran. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc., M.Kes., selaku Pembina Yayasan Helvetia Medan.
2. Iman Muhammad, SE, S.Kom., MM, M.Kes, selaku Ketua Yayasan Helvetia Medan.
3. Dr. H. Ismail Effendy, M.Si., selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
4. Dr. Ayi Darmana, M.Si., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia.
5. Khairatunnisa, S.K.M., M.Kes., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan mencurahkan waktu, perhatian, ide dan motivasi selama penyusunan Skripsi ini.
6. Dian Maya Sari Siregar, S.K.M., M.Kes., selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia dan selaku Dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan Skripsi ini.
7. dr. Mara Laut Siregar, M.K.M., Selaku Dosen Penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat bagi penulis.

9. dr. Naroi Putra Munthe, selaku Kepala Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah.
10. Teristimewa kepada Ayahanda Drs. Ngalemi Sembiring, MM., dan Ibunda Esther Mariana Bangun yang selalu memberikan pandangan, mendukung moril maupun materil, mendoakan dan selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Tuhan yang Maha Esa selalu memberikan rahmat dan hidayah Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan.

Medan, 12 Oktober 2018

Penulis,

Mutiara Mita Sembiring

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	
LEMBAR PANITIA PENGUJI	
LEMBAR PERNYATAAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis	6
1.4.2. Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Tinjauan Peneliti Terdahulu.....	8
2.2 Lansia	9
2.2.1. Defenisi Lansia	9
2.2.2. Batasan-batasan Lansia.....	10
2.3 Senam Lansia	12
2.3.1 Defenisi Senam Lansia.....	12
2.3.2 Tujuan Senam Lansia.....	14
2.3.3 Pemanfaatan Senam Lansia.....	14
2.3.4 Prinsip Senam Lansia.....	16
2.3.5 Gerakan Senam Lansia.....	17
2.4. Teori Pemanfaatan Senam Lansia.....	19
2.4.1. Faktor Predisposisi.....	19
2.4.2. Faktor Enabling.....	23
2.4.3. Faktor Reinforcing.....	24
2.5. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	

3.1	Desain Penelitian.....	28
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
	3.2.1 Lokasi Penelitian.....	28
	3.2.2. Waktu Penelitian.....	28
3.3	Populasi dan Sampel.....	29
	3.3.1. Populasi	29
	3.2.2. Sampel	29
3.4	Kerangka Konsep	30
3.5	Defenisi Operasional	30
	3.5.1. Defenisi Operasional	30
	3.5.2. Aspek Pengukuran	31
3.6	Metode Pengumpulan Data	32
	3.6.1. Jenis Data.....	32
	3.6.2. Teknik Penumpulan Data	33
	3.6.3. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	33
3.7.	Metode Pengolahan Data	38
3.8.	Analisis Data.....	39
	3.10.1. Analisa Univariat	39
	3.10.2. Analisa Bivariat	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	40
	4.1.1. Letak Demografis	40
	4.1.2. Data DEMografis.....	40
4.2	Hasil Penelitian.....	41
	4.2.1 Karakteristik Responden.....	41
	4.2.2 Analisis Univariat	43
	4.2.3 Analisis Bivariat	60
4.3.	Pembahasan	66
	4.3.1. Hubungan antara Pengetahuan dengan Pemanfaatan Senam Lansia pada Responden di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	66
	4.3.2. Hubungan antara Sikap dengan Pemanfaatan Senam lansia pada Responden di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	68
	4.3.3. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Pemanfaatan Senam Lansia pada Responden di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	70

4.3.4. Hubungan antara Akses dengan Pemanfaatan Senam Lansia pada Responden di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2018 .	71
4.3.5. Hubungan antara Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Pemanfaatan Senam Lansia pada Responden di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	72

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan	75
5.2. Saran	75

DAFTAR PUSTAKA	77
-----------------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 3.1	Variabel, Cara Alat, Skala dan Hasil Ukur	31
Tabel 3.2	Uji Validitas Pengetahuan di Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	34
Tabel 3.3	Uji Validitas Sikap di Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	35
Tabel 3.4	Uji Validitas Akses di Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	35
Tabel 3.5	Uji Validitas Dukungan Keluarga di Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	36
Tabel 3.6	Uji Validitas Dukungan Kesehatan di Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	36
Tabel 3.7	Hasil Uji Reliabilitas.....	37
Tabel4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018..	41
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	42
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018...	42
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018...	43
Tabel 4.5.	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Pengetahuan tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	43

Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	46
Tabel 4.7.	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Sikap tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	47
Tabel 4.8.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	50
Tabel 4.9.	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	51
Tabel 4.10.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	54
Tabel 4.11.	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Akses tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	55
Tabel 4.12.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Akses tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	56
Tabel 4.13.	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Dukungan Tenaga Kesehatan di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	56
Tabel 4.14.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Tenaga Kesehatan tentang Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	59
Tabel 4.15.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	60

Tabel 4.16. Hubungan antara Pengetahuan dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	61
Tabel 4.17. Hubungan antara Sikap dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	62
Tabel 4.18. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018	64
Tabel 4.19. Hubungan antara Akses dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah tahun 2018	64
Tabel 4.20. Hubungan antara Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Pemanfaatan Senam Lansia di Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018.....	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Model Teori PRECEDE Lawrence Green	26
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner Penelitian
Lampiran 2	Master Data Uji Validitas
Lampiran 3	Master Data Penelitian
Lampiran 4	<i>Output</i> Hasil Uji Validitas
Lampiran 5	<i>Output</i> Hasil Penelitian
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Perbaikan Skripsi (Revisi)
Lampiran 7	Surat Izin Survei Pendahuluan
Lampiran 8	Surat Izin Validitas
Lampiran 9	Surat Izin Penelitian
Lampiran 10	Surat Balasan Izin Survei Awal
Lampiran 11	Surat Balasan Izin Uji Validitas
Lampiran 12	Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran 13	Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing 1
Lampiran 14	Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing 2
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian