BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu fase hidup yang dialami oleh setiap manusia adalah menjadi lanjut usia (lansia). Menurut *World Health Organization* (WHO) dan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 menyebutkan bahwa umur 60 tahun adalah usia permulaan tua (Nugroho, 2008). Menjadi usia permulaan tua berarti individu tersebut sudah melewati beberapa masa, yaitu masa anak, remaja dan dewasa. Menurut Buston (2007) masa dewasa dibagi menjadi dewasa muda (18-30 tahun), dewasa setengah baya (30-60 tahun), dan lansia (diatas 60 tahun). Lansia dapat dikaitkan dengan umur yang semakin tua dan mengalami perubahan secara alamiah yaitu adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial. Perubahan ini sesuai dengan proses degeneratif (penuaan) atau proses menua *(aging)* dimana terjadi proses kelemahan *(impairment)*, keterbatasan fungsional *(functional limitations)*, ketidakmampuan *(disability)*, dan keterhambatan *(handicap)* akan dialami bersamaan dengan proses kemunduran (PPNI, 2008).

Lansia di seluruh dunia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa (satu dari 10 orang yang berusia lebih dari 60 tahun) dan pada tahun 2025 lansia akan mencapai 1,2 milyar. Menurut Biro Pusat Statistik, pada tahun 2005 di

STIKES BETHESDA YAKKUM

Indonesia terdapat 18.283.107 penduduk lansia. Jumlah ini akan melonjak hingga ±33 juta orang lansia (12% dari total penduduk). Pada tahun 2005 hingga 2010, jumlah lansia akan sama dengan jumlah anak balita, yaitu sekitar 19,3 juta jiwa (±9%) dari jumlah penduduk (Nugroho, 2008). Menurut Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Prof Fasli Jalal, lanjut usia di kota Yogyakarata memiliki angka paling tinggi dibanding kota lainnya di Indonesia. Hasil proyeksi dasar Sensus Penduduk (SP) tahun 2010, usia harapan hidup orang di Yogyakarta adalah usia 74,2 tahun dan selanjutnya provinsi dengan harapan hidup tinggi yakni Kalimantan Timur (72,9 tahun), Jawa Tengah (72,7 tahun), dan DKI Jakarta (71,4 tahun) (Tribunnews, 2014).

Bertambahnya umur harapan hidup lansia akan mengakibatkan populasi lansia semakin meningkat sehingga dapat mengakibatkan bertambahnya masalah kesehatan pada lansia. Masalah kesehatan yang dialami oleh lansia dipengaruhi oleh proses menua. Penuan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan secara terus-menerus dan berkesinambungan, selanjutnya akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Depkes RI, 2001 dalam Maryam dkk, 2008).

Penuaan tidak dapat dihindari tetapi penuaan dini dapat ditanggulangi dengan olahraga, salah satunya yaitu dengan olahraga seperti jalan kaki (Suryanto,

STIKES BETHESDA YAKKUM

2010). Menurut Barnard (2001), jalan kaki adalah bentuk olahraga klasik yang dapat di lakukan setiap hari. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa jalan kaki dapat mengurangi dan menghilangkan gejala-gejala yang sering timbul di masa tua, selain itu ada pula penelitian lain yang membandingkan antara khasiat obat penenang dan latihan olahraga, ternyata olahraga lebih baik hasilnya dalam usaha membuat rileks dan menaikkan suasana hati serta tidak ada efek samping. Ambardini (2014) juga mengatakan bahwa olahraga lebih murah biayanya bila dibandingkan dengan biaya pengobatan lansia.

Menurut Ambardini (2014) lansia perlu menerapkan kemudian mempertahankan pola hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik atau olahraga seperti jalan kaki secara benar dan teratur. Lansia dalam melakukan jalan pagi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktor adalah motivasi. Motivasi merupakan keadaan dalam diri individu atau organisme yang mendorong perilaku tertentu (Walgito, 2005). Menurut Uno (2010), motivasi dibagi menjadi dua jenis yakni motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang tidak memerlukan rangsangan dari luar karena sudah ada didalam diri setiap individu untuk mendorong melakukan sesuatu, sedangkan motivasi ekstrinsik memerlukan rangsangan dari luar, contohnya dukungan yang diberikan keluarga untuk memotivasi lansia melakukan jalan pagi.

STIKES BETHESDA YAKKUM

Menurut Stuart dan Sudden (1995) dalam Tamher dan Noorkasiani (2012) dukungan keluarga dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan meningkat motivasi pada lansia. Dukungan keluarga didefinisikan oleh Friedman (1998) dalam Setiadi (2008) yakni sikap, tindakan dan peneriman anggota keluarga terhadap anggota keluarganya. Keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya (Maryam dkk, 2008). Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga dan anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan adalah keluarga oleh karena itu, saling mendukung dalam keluarga itu merupakan hal penting diterapkan dalam keluarga. Menurut Friedmen (1998) dalam Dwi dan Wahyuni (2012) disebutkan ada empat jenis dukungan keluarga yang terdiri dari: Dukungan instrumental yakni dukungan berupa tenaga, dana dan waktu; dukungan informasional yakni berupa dorongan, semangat; dukungan penghargaan yakni berupa umpan balik terhadap perilaku positif atau pujian dan; dukungan emosional yakni berupa perhatian kasih sayang dan empati.

STIKES BETHESDA YAKKUM

Menurut data yang diperoleh dari Puskesmas Gondokusuman 1 pada bulan April 2015, RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta adalah wilayah yang memiliki populasi lansia sebanyak 60 lansia. Dari hasil pendataan 60 lansia, masalah kesehatan lansia terbanyak adalah masalah hipertensi yakni 38 lansia. Menurut Ambardini (2014) olahraga pada lansia

dapat menunjang kesehatan pada lansia serta membantu mengurangi masalah kesehatan pada lansia yakni dengan melakukan jalan pagi. Jalan pagi merupakan olahraga paling sederhana dan dapat dilakukan oleh siapapun. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada Ketua Lansia RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta, bahwa di wilayah tersebut hanya sekitar 10% lansia yang rajin melakukan jalan pagi dan sebagian besar lansia lainnya jarang melakuan jalan pagi.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada lima lansia, tiga lansia mengatakan malas melakukan jalan pagi karena tidak ada yang mengingatkan apalagi menemani melakukan jalan pagi dan dua lansia lainnya mengatakan bahwa ia suka melakukan jalan pagi karena diingatkan oleh anaknya dan kadang-kadang bila anaknya tidak sibuk, anaknya menemani melakukan jalan pagi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia jalan pagi di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta Tahun 2015.

STIKES BETHESDA YAKKUM

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan pemasalahannya adalah: "Adakah hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia jalan pagi di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta Tahun 2015?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia jalan pagi di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta Tahun 2015

2. Tujuan Khusus

   a. Untuk mengetahui gambaran karakteristik keluarga lansia di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta Tahun 2015 yang berdasarkan umur, jenis kelamin dan pekerjaan

   b. Untuk mengetahui gambaran karakteristik lansia di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta Tahun 2015 yang berdasarkan umur dan jenis kelamin

   c. Untuk mengetahui dukungan keluarga pada lansia di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta tahun 2015

   d. Untuk mengetahui motivasi jalan pagi pada lansia di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta tahun 2015

STIKES BETHESDA YAKKUM

e. Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia jalan pagi di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta tahun 2015

f. Apabila hasil diketahui terdapat hubungan, maka akan dicari keeratan hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia jalan pagi di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman Yogyakarta tahun 2015

D. Manfaat penelitian

1. Bagi institusi Stikes Bethesda

   Sebagai bahan masukan khususnya bagi mahasiswa-mahasiswi S-1 Keperawatan dalam penambahan wawasan dan pengetahuan tentang hubungan dukungan keluarga dengan dengan motivasi lansia jalan pagi

2. Bagi RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman

   Sebagai bahan masukan untuk keluarga dan lansia di RW 02 Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman dalam memperhatikan kesehatan lansia

3. Bagi peneliti

   Dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman belajar, khususnya pada keperawatan geriatri dan keperawatan keluarga

4. Bagi peneliti lain

   Sebagai dasar penelitian selanjutnya agar meneliti tentang tingkat pengetahuan lansia berhubungan dengan motivasi lansia jalan pagi

STIKES BETHESDA YAKKUM

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1
Keaslian penelitian

No	Peneliti	Tahun	Judul penelitian	Metode	Hasil penelitian	Perbedaan dan persamaan
1	Nanang Kusnandi	2012	Motivasi Pria Lanjut Usia Melakukan Olahraga Bulutangkis dan Jalan Kaki Serta Hubungannya dengan Kebugaran Jasmani	Kausal komparatif atau *ex post facto*	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi olahraga bulutangkis dan olahraga jalan kaki dengan kebugaran jasmani pria lansia.	Perbedaan dengan penelitian ini yaitu judul, tempat,tahun dan metode yang digunakan. Persamaan dengan penelitian ini yaitu,meneliti tentang motivasi jalan kaki dan objek penelitian
2	Yesika Puspitasari	2014	Hubungan dukungan sosial keluarga dengan motivasi lansiadalam mengikuti posyandu lansia di	Teknik sampling menggunakan *Total Sampling*	Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan motivasi lansiadalam	Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel dependen, tahun dan tempat

STIKES BETHESDA YAKKUM

			perumahan boko asri jobohan bokoharjo prambanan sleman yogyakarta bulan juli tahun 2014		mengikuti posyandu lansia	penelitian, tahun dan tempat penelitian Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel independen dan objek penelitian
3	Afriani Mangasi	2012	Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Motivasi Lansia Dalam Mempertahankan Kualitas Hidup Lansia di Rw 05 Kelurahan Paseban Kecamatan Senen Jakarta Pusat 2012	Tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *Total Sampling*	tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam mempertahankan kualitas hidup lansia di rw 05 kelurahan paseban kecamatan senen jakarta pusat 2012. Berdasarkan uji Rank Spearman diperoleh hasil P value 0,881 > 0,05	Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel dependen, tahun dan tempat penelitian, tahun dan tempat penelitian Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel independen dan objek penelitian
4.	Ni Putu Prayoni	2014	Hubungan Antara Dukungan Keluarga	Penelitian ini menggunakan metode	Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa antara dukungan	Perbedaan dengan penelitian ini adalah

STIKES BETHESDA YAKKUM

	Roshita		Dengan Motivasi Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia di Puskesmas Rappokalling	analitik dengan rancangan Cross Sectional Teknink pengambilan sampel menggunakan Cluster Random Sampling dan Simple Random Sampling	keluarga dan motivasi nilai signifikansinya 0,007 (α= 0,05) yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. Sedangkan nilai pearson correlation diperoleh 0,334 yang menunjukkan adanya hubungan yang cukup antara dua variabel ini	variabel dependen, tahun dan tempat penelitian.

STIKES BETHESDA YAKKUM