

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Daerah Penelitian

Posyandu Anggrek terletak di Pedukuhan VI Ngestiharjo Kasihan Bantul. Untuk menjangkau Posyandu Anggrek relatif lebih mudah karena Posyandu Anggrek terletak di tengah-tengah Pedukuhan. Sonosewu adalah salah satu wilayah di lingkup pemerintah desa Ngestiharjo dibawah tata administrasi Dukuh VI yang merupakan lingkungan perumahan yang telah berdiri sejak tahun 1981. Wilayah Sonosewu berbatasan langsung dengan kota dan desa, sehingga sebagian besar penduduk Sonosewu memiliki pekerjaan dan sibuk dengan pekerjaannya masing-masing.

2. Karakteristik Responden

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang terdaftar sebagai anggota senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul yang berusia diatas 60 tahun, berjumlah 47 orang anggota senam lansia, dan jumlah sampel penelitian sebanyak 42 lansia.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2014 selama 8 hari. Sebelum dilakukan analisis data dan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dikemukakan karakteristik responden.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Kepala Keluarga Lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu

Karakteristik	frekuensi	Prosentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	18	42,9
Perempuan	24	57,1
Usia		
< 30 tahun	3	7,1
30-40 tahun	22	52,4
> 40 tahun	17	40,5
Pendidikan		
SD	8	19,0
SMP	10	23,8
SMA	18	42,9
Perguruan tinggi	6	14,3
Pekerjaan		
Bekerja	35	83,3
Tidak bekerja	7	16,7

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Tabel 4.1 menunjukkan sebagian besar keluarga lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 responden (57,1%), berumur 30-40 tahun sebanyak 22 responden (52,4%), berpendidikan SMA sebanyak 18 responden (42,9%) dan memiliki pekerjaan sebanyak 35 responden (83,3%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
60-64 Tahun	28	66.7
65-69 Tahun	11	26.2
70-73 Tahun	3	7.1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	19.0
Perempuan	34	81.0

Sumber: Data Primer Tahun 2013

Tabel 4.2 menunjukkan sebagian besar lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu berumur 60-64 tahun sebanyak 28 responden (66.7%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 34 responden (81%).

3. Tingkat Dukungan Keluarga Dalam Melaksanakan Senam Lansia

Hasil pengukuran tingkat dukungan keluarga dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.3 Tingkat Dukungan Keluarga Dalam Melaksanakan Senam Lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	19	45,2
2.	Sedang	12	28,6
3.	Buruk	11	26,2
	Jumlah	42	100.0

Sumber: Data Primer Tahun 2014

Tabel 4.3 menunjukkan sebagian besar lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu memiliki tingkat dukungan keluarga yang baik dalam melaksanakan senam lansia sebanyak 19 responden (45,2%).

4. Tingkat Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia

Hasil pengukuran tingkat keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul

No	Keaktifan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Aktif	23	54.8
2.	Tidak Aktif	19	45.2
	Jumlah	42	100.0

Sumber: Data Primer Tahun 2014

Tabel 4.4 menunjukkan sebagian besar lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul aktif melaksanakan senam lansia sebanyak 23 responden (54.8%).

5. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia

Tabulasi silang dan uji *Kendall Tau* hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Tabulasi silang dan uji *Kendall Tau* Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul

Tingkat	Keaktifan Lansia				Total		<i>p</i> - <i>Value</i>	<i>Cont</i> <i>coeff</i>
Dukungan Keluarga	Aktif		Tidak Aktif		F	%		
Baik	15	35,7	4	9,5	19	45,2	0.000	0.47 1
Sedang	6	14,3	6	14,3	12	28,6		
Buruk	2	4,8	9	21,4	11	26,2		
Total	23	54,8	19	45,2	42	100		

Sumber: Primer Tahun 2014

Tabel 4.5 menunjukkan lansia yang memiliki dukungan keluarga baik sebagian besar aktif melaksanakan senam sebanyak 15 responden (35,7%). Lansia dengan dukungan keluarga sedang sebagian besar aktif dan tidak aktif melaksanakan senam lansia masing-masing sebanyak 6 responden (14,3%). Lansia dengan dukungan keluarga buruk sebagian besar tidak aktif melaksanakan senam lansia sebanyak 9 responden (21.4%).

Hasil uji *Kendall tau* pada tabel 4.4 diperoleh *p-value* sebesar 0,000. Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Kasihan Bantul. Untuk mengetahui kekuatan hubungan tersebut dilakukan dengan nilai dari koefisien kontingensi. Berdasarkan hasil analisis dengan *SPSS for window versi 17.0* nilai kontingen koefisiensi (*contingency coefficient*) diperoleh nilai sebesar 0,471. Angka hasil pengujian tersebut kemudian dibandingkan dengan tabel pedoman interpretasi koefisien kontingensi. Nilai kontingen koefisiensi (0,471) terdapat diantara 0,400 – 0,599 yang berarti ada hubungan Sedang antara

dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu Kasihan Bantul.

B. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Keluarga Dalam Melaksanakan Senam Lansia.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar lansia di Posyandu Anggrek Sonosewu memiliki tingkat dukungan keluarga yang baik dalam melaksanakan senam lansia sebanyak 19 responden (45,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Kresnawati (2011) yang menunjukkan dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia dalam mengikuti kegiatan di Posyandu lansia di desa Ganulan Kecamatan Kartasura sebagian termasuk dalam kategori baik.

Dukungan keluarga yang baik dipengaruhi oleh karakteristik responden keluarga lansia. Karakteristik kepala keluarga lansia sebagian besar adalah perempuan (57,1%). Menurut Friedman (2010) anggota keluarga khususnya perempuan mempunyai peranan penting sebagai *caregiver* primer pada keluarga. Perempuan dalam peranannya sebagai ibu, tentunya mempunyai naluri perasaan yang lebih peka dalam merawat anggota keluarganya. Perempuan dalam kodratnya diciptakan lebih sabar, telaten dan penuh kasih sayang.

Perempuan memiliki perananan sebagai *health provider* atau penyedia kesehatan yaitu orang yang menjaga sekaligus merawat dan mencari pengobatan untuk keluarganya. Seringkali dikatakan bahwa perempuan berperan sebagai *role models* bagi anggota keluarganya untuk hidup sehat karena dalam kehidupan sehari-hari perempuan banyak terlibat dalam sistem perawatan keluarga. Perempuan sebagai tenaga kesehatan non formal menentukan perawatan kesehatan atau obat-obatan bagi keluarganya seperti ayah, anak, suami dan keluarga dekat lainnya dengan cara menganjurkan anggota keluarganya untuk mau memperhatikan kesehatan mereka masing-masing dan mendorong anggota

keluarganya untuk mengadopsi kebiasaan hidup sehat sehingga mereka dapat memperkecil resiko terkena penyakit (Sutrisno, 2000).

Faktor karakteristik lain dari anggota keluarga yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah usia anggota keluarga yang merawat lansia sebagian besar 30-40 tahun (52,4%). Usia seseorang pada kelompok ini merupakan usia yang sangat matang dalam hal pengalaman hidupnya termasuk dalam pengambilan keputusan mencari fasilitas kesehatan bagi anggota keluarganya yang sakit. Usia mempengaruhi cara pandang individu dalam menyelesaikan masalah. Kemampuan kognitif dan kemampuan perilaku sangat dipengaruhi oleh tahap perkembangan usia seseorang Tamher & Noorkasiani (2012).

Karakteristik anggota keluarga berikutnya adalah pendidikan anggota keluarga yang sebagian besar SMA/Sederajat. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi bagaimana cara berfikir dan mengolah informasi yang diterima. *Family education* akan mengalami peningkatan yang bermakna pada keluarga dengan tingkat pendidikan tinggi dibandingkan dengan tingkat pendidikan rendah. Hal ini sesuai dengan konsep dari Notoatmodjo (2006) bahwa dalam jangka pendek (*immediate impact*), pendidikan akan menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan keluarga. Semakin tinggi tingkat pendidikan keluarga semakin mudah mereka menerima informasi kesehatan sehingga memotivasi mereka untuk merawat lansia dengan lebih baik.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan keluarga yang merawat lansia sebagian besar (83,3%) bekerja. Pekerjaan akan berkaitan dengan keadaan ekonomi. Keluarga dengan keadaan ekonomi yang kurang akan tidak dapat menunjang status kesehatan lansia dengan baik. Menurut Darmojo, dkk (2004) menyatakan bahwa sosial ekonomi keluarga yang memadai diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, meningkatkan semangat, dan memotivasi lansia untuk selalu bersikap dan berperilaku sehat.

Dukungan keluarga mengacu pada dukungan yang dipandang oleh keluarga sebagai sesuatu yang dapat diakses dan diadakan untuk keluarga. Dukungan bisa atau tidak digunakan, tetapi anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan internal, seperti dukungan dari suami istri atau dukungan dari saudara kandung atau dukungan sosial keluarga eksternal. Semua tahap siklus kehidupan dukungan keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal sebagaimana dinyatakan oleh Setiadi (2008). Stuart & Sundeen (1995) dalam Tamher & Noorkasiani (2012) menyatakan bahwa dukungan dari keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi akan meningkat.

Dukungan keluarga yang diharapkan adalah dukungan keluarga yang baik, dalam bentuk dukungan informasional sehingga dapat menekan munculnya suatu stressor, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional yang menempatkan keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi dengan meningkatkan kepercayaan, perhatian dan penghargaan.

2. Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia sebagian besar aktif (54.8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Krisna (2012) yang menunjukkan frekuensi senam lansia di Sasana Tamansari Yogyakarta adalah tinggi.

Banyaknya lansia yang aktif dalam melaksanakan senam lansia dipengaruhi oleh faktor umur yang sebagian besar berumur 60-64 tahun (66.7%). Umur lansia pada rentang 60-64 tahun merupakan masa dimana lansia harus mempertahankan

kebugaran tubuh yang baik berhubungan dengan kebugaran jantung-paru, peredaran darah, kekuatan otot, dan kelenturan sendi. Hal ini mendorong lansia untuk aktif melakukan senam lansia.

Faktor lain yang mempengaruhi keaktifan lansia melaksanakan senam lansia adalah jenis kelamin lansia yang sebagian besar perempuan (81%). Tamher & Noorkasiani (2012), menyatakan bahwa perbedaan *gender* juga dapat merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi psikologis lansia, sehingga akan berdampak pada bentuk adaptasi yang digunakan. Kenyataan bahwa perempuan mempunyai ketertarikan yang lebih tinggi untuk mengikuti kegiatan senam lansia terkait dengan interaksi kegiatan sosial serta keinginan untuk meningkatkan kesehatan dan mutu kehidupan lanjut usia. Sedangkan pada pria lanjut usia, kehilangan peran hidup terutama terjadi pada masa penurunan pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga. Pada umumnya pria lebih sibuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga dan mempunyai waktu yang tidak cukup untuk menjadi anggota senam lansia.

Aktif mengikuti kegiatan senam lansia dapat membantu tubuh agar tetap segar karena melatih tulang tetap kuat, mendorong jantung bekerja optimal dan membantu menghilangkan radikal bebas. Manfaat melaksanakan senam lansia secara aktif dan teratur bagi lansia adalah dapat memperlambat proses degenerasi, memberikan rangsangan bagi saraf-saraf yang lemah dan juga mampu membentuk sikap dan gerak (Maryam, 2008).

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Lansia Dalam Melaksanakan Senam Lansia

Hasil tabulasi silang menunjukkan sebagian besar lansia dengan dukungan keluarga baik, aktif melaksanakan senam lansia (35,7%). Berdasarkan hasil uji *Kendall Tau* diperoleh *p-value* sebesar 0,00. Hal ini berarti H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia di Posyandu Anggrek

Sonosewu Kasihan Bantul, dengan nilai kontingen koefisiensi (*contingency coefficient*) diperoleh nilai sebesar 0,471 yaitu tingkat hubungan yang sedang. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor-faktor lain yang mempengaruhi lansia mengikuti kegiatan senam lansia seperti jarak, pengetahuan, sikap dan perilaku yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dukungan keluarga sangat berperan dalam mendorong minat atau kesediaan lansia untuk mengikuti kegiatan senam lansia. Keluarga bisa menjadi motivator kuat bagi lansia apabila selalu menyediakan diri untuk mendampingi dan mengantar lansia, mengingatkan lansia jika lupa jadwal senam lansia dan berusaha membantu mengatasi segala permasalahan bersama lansia. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Maryam (2008) bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi lansia dalam mengikuti kegiatan senam lansia.

Hasil penelitian yang dilakukan Kresnawati (2011) tentang "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan di Posyandu Lansia di Desa Gonilan Kecamatan Kartasura", dengan hasil sebagian besar dukungan keluarga cukup sebanyak 33 orang (41,3%) dan aktif mengikuti kegiatan di posyandu lansia sebanyak 49 orang (61,3%), menunjukkan hasil yang hampir sama dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu ada hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa dukungan keluarga berhubungan dengan keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia.

C. Keterbasan Penelitian

1. Tingkat dukungan keluarga terhadap keaktifan lansia dalam melaksanakan senam lansia diukur menggunakan kuesioner tanpa diikuti dengan observasi sehingga ada kemungkinan responden menjawab dengan tidak jujur.
2. Belum dilakukan pengontrolan terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan senam lansia seperti jarak, sikap, perilaku dan masalah kesehatan.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA