

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PAYUNG NEGERI

Skripsi, Maret 2020

**Deni Apriadi
18311003**

Hubungan Motivasi Melakukan Latihan Fisik Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru

xiii + 40 halaman + 8 tabel + 5 lampiran

ABSTRAK

Lansia mengalami resiko jatuh disebabkan oleh penurunan fungsi dari segi fisik, psikis, maupun sosial. Jatuh dikarenakan lansia tidak memiliki bentuk latihan fisik maupun aktivitas fisik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan pada lansia, khususnya masalah keseimbangan dan kejadian jatuh adalah dengan melakukan latihan fisik yang teratur dan terprogram. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara risiko jatuh dan motivasi melakukan latihan fisik pada lansia. Penelitian ini bersifat kuantitatif. Penelitian yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru pada Februari 2020. Jumlah responden 60 orang lansia. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi dengan menggunakan alat instrumen penelitian kuesioner tertutup. Data hasil penelitian tentang motivasi melakukan aktivitas fisik menunjukkan sebagian besar lansia yaitu 37 lansia (56,9%) memiliki motivasi yang rendah dalam melakukan latihan fisik dan 18 lansia (30,0%) beresiko tinggi untuk jatuh. Berdasarkan analisa data diketahui *p value* 0,023 hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara antara risiko jatuh dengan motivasi melakukan latihan fisik pada lansia di Panti sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. Diharapkan bagi petugas panti dapat mengantisipasi terjadinya risiko jatuh pada lansia dengan memberikan motivasi latihan fisik seperti menjelaskan dampak risiko jatuh dan mamfaat melakukan latihan fisik.

Kata Kunci : Lansia, Motivasi latihan fisik, Resiko Jatuh
Daftar Bacaan : 43 (2010-2016)