



SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN
PEMENUHAN *INSTRUMENTAL ACTIVITY OF DAILY LIVING*
(IADL) DI KELURAHAN MIMBAAN KABUPATEN
SITUBONDO**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan

Oleh :

Dina Holdiah

15.1101.1006

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2019

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN
PEMENUHAN *INSTRUMENTAL ACTIVITY OF DAILY LIVING*
(IADL) DI KELURAHAN MIMBAAN KABUPATEN
SITUBONDO**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan



**Oleh:
Dina Holdiah
15.1101.1006**

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2019**

PENGESAHAN

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN PEMENUHAN *INSTRUMENTAL ACTIVITY OF DAILY LIVING* (IADL) DI KELURAHAN MIMBAAN KABUPATEN SITUBONDO

Dina Holdiah
NIM. 15.1101.1006

Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 09 Juli 2019

Penguji,

1. Ketua : Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes. (.....)
NPK. 03 05 358
2. Penguji I : Ns. Luh Titi Handayani, S.Kep., M.Kes. (.....)
NPK. 01 12 289
3. Penguji II : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep (.....)
NPK. 11 03 586

Mengetahui,
Dekan

(Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat)
NIP. 197012132005012001

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “*Hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Pemenuhan Instrumental Activity of Daily Living (IADL) Di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo*”. Skripsi ini dibuat guna memenuhi syarat untuk melakukan penelitian dan sekaligus sebagai tugas akhir dan menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Peneliti merasa bahwa selesainya skripsi ini karena bimbingan, bantuan dan dorongan dari banyak pihak, maka peneliti mengucapkan terimakasih dan penghormatan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. Ir. M. Hazmi, D.E.S.S, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Awatiful Azza, S. Kep., M. Kep., Sp.Kep.Mat, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes, selaku ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Luh Titi Handayani, S.Kep., M.Kes, selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S. Kep., M. Kep, Selaku Dosen Pembimbing II yang juga telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing penyusunan skripsi ini.

6. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes, selaku dosen penguji atas kesediannya untuk menyempatkan waktu dan memberikan kritik, saran serta nasihat yang bermanfaat dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak H. Said Holid (Alm) dan Ibu Muyati selaku orang tua yang selalu memberikan doa untuk kelancaran studi peneliti.
8. Ketiga kakak saya, Kamsiyati, Sertu Muhammad Badar dan Muhammad Majid (Alm) yang selalu memberi dukungan dan do'a untuk kelancaran penyusun skripsi ini.
9. Ns. Rosita Debby Irawan, S.Kep. yang selalu memberikan do'a, motivasi, dan support.
10. Kepala Kelurahan, staf Kelurahan dan tenaga kesehatan yang lain yang berada di Kelurahan Mimbaan saya ucapkan banyak terimakasih karena sudah memberikan kepercayaan dan informasi kepada peneliti.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari masih jauh dari sempurna, untuk itu peneliti sangat mengharap kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan/ ilmu pengetahuan, khususnya bidang keperawatan.

Jember, 09 Juli 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PENGUJI SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Lansia	8
B. Konsep Pemenuhan IADL	25
C. Konsep Aktivitas Fisik	33
D. Penelitian terkait	39
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	42
A. Kerangka Konsep	42
B. Hipotesis	43
BAB IV METODE PENELITIAN	44
A. Desain Penelitian	44
B. Populasi, Sampel, dan Sampling	45
C. Definisi Operasional	48
D. Tempat Penelitian	50
E. Waktu Penelitian	50
F. Etika Penelitian	50
G. Alat Pengumpulan Data	51
H. Prosedur Pengumpulan Data	54
I. Analisis Data	55
BAB V HASIL PENELITIAN	58
A. Analisa Univariat	58
B. Analisa Bivariat	59

BAB VI PEMBAHASAN.....	61
A. Interpretasi dan Hasil Diskusi	61
B. Keterbatasan Penelitian	70
C. Implikasi Terhadap Keperawatan	71
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	42
--------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional	48
Tabel 4.2 Kontribusi Item Kuesioner Skor PASE	52
Tabel 4.3 Konversi Jam Per hari PASE	53
Tabel 4.4 Kategori Nilai r Spearman Rho	57
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	58
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Usia.....	58
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Pendidikan.....	59
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik	59
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Pemenuhan IADL.....	59
Tabel 5.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Pemenuhan <i>Instrumental Activity of Daily Living (IADL)</i> di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo	60



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Informet Consent
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 3	Kuesioner
Lampiran 4	Hasil Uji Statistik
Lampiran 5	Lembar Hasil Konsultasi
Lampiran 6	Lembar Permohonan Ujian Sidang
Lampiran 7	Surat Pengantar Studi Pendahuluan dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
Lampiran 8	Surat Rekomendasi dari Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Situbondo Untuk Studi Pendahuluan
Lampiran 9	Surat Rekomendasi dari Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo Untuk Studi Pendahuluan
Lampiran 10	Surat Pengantar Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
Lampiran 11	Surat Rekomendasi dari Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Situbondo Untuk Penelitian
Lampiran 12	Surat Rekomendasi dari Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo Untuk Penelitian
Lampiran 13	Surat Keterangan Penelitian dari Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo
Lampiran 14	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo
Lampiran 15	Surat Pernyataan Keabsahan Karya Ilmiah
Lampiran 16	Jadwal Pembuatan Skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Ambardini, Rachmah Laksmi. (2009). *Aktivitas Fisik pada Lanjut Usia*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat.
- Andini, N. K. (2013). *Faktor-faktor Yang Memengaruhi Penduduk Lanjut Usia Masih Bekerja*.
- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: PT. Graha Ilmu.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Situbondo. (2016). *Jumlah Penduduk Kabupaten Situbondo Umur Tunggal Menurut Kecamatan*. Situbondo: Badan Pusat Statistik Kabupaten Situbondo.
- Darmojo, H. Martono. (2010). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut) edisi 3*. Jakarta : PT. Balai Penerbit FKUI.
- Dewi, Sofia Rhosma. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dewi, Sofia Rhosma. (2013). *Fungsi Intelektual dan Pemenuhan ADL (Activity of Daily Living) Pada Lansia Di PSLU Kasiyan Jember*. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Dewi, Syamsumin Kurnia. (2018). *Level Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Warga Lanjut Usia*. Akademi Fisioterapi "YAB" Yogyakarta.
- Ediawati, Eka. (2012). *Gambaran tingkat kemandirian dalam Activity of Daily Living (ADL) dan resiko jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tres Wredha Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta Timur Depok*. Universitas Indonesia.
- Efendi, Ferry & Makhfudli. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Fitrah, Muh & Luthfiyah. (2017). *Metodologi Penelitian ; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi: CV Jejak.
- Hamrik, Z.et.al. (2014). *Physical and sedentary behavior in Czech aduith : Results from the GPAQ study*. *European Journal of Sport Science*.
- Hasan, Iqbal. (2009). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Hernowo, Setyo Utomo. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kapasitas Memori Kerja Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Sebelas Maret.
- Izzah, Aqidatul. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia Pada Lansia Usia 60-90 Tahun Di Kelurahan Purwantoro Kecamatan Blimbing Kota Malang*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Kemenkes RI. (2017). *Analisis Lansia di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes.
- Maryam, R. Siti. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Muhith, Abdul & Sandu Siyoto. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Nafidah, Nur. (2014). *Hubungan Antara Aktivitas fisik Dengan Tingkat Kognitif Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 4 Margaguna Jakarta Selatan*.
- Ningtiyas, I. F. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kemandirian dalam Activity Daily Living Pada Pasien Pasca Stroke di Poliklinik Syaraf RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung*. Viii-64.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Citra.
- Nugroho, Wahyudi. (2009). *Komunikasi dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Nugroho, Wahyudi. (2017). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Nurhasanah, Nina. (2015). *Meningkatkan Kecerdasan Interpersonal Siswa Melalui Pembelajaran Tematik Terpadu Dalam Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan (PPKN) Di Kelas IV SD Islam Al-Azhar 13 Rawamangun Jakarta*.
- Nursalam. (2013). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Pendekatan Praktek Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Nurul, Veranita. (2018). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan IADL(Instrumental Activity of Daily Living) Di Kelurahan Kaliwates Kabupaten Jember*.

- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Permatasari, D. M. (2017). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kemandirian Aktivitas Sehari-hari Pada Pasien Stroke Di RSUD Tugurejo Semarang dan RSSUD K.M.R.T Wongsonegoro*. 1-56.
- Pertamita, L. I. (2015). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kemandirian Aktivitas Sehari-hari Pada Pasien Stroke Di RSUD Tugurejo Semarang dan RSUD K.M.R.T Wongsonegoro*.
- Posyandu Lansia. (2018). *Laporan Rekapitulasi Penduduk Lansia Kelurahan Mimbaan Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo*.
- Pratiwi, Retnaningsih. (2015). *Hubungan Aktivitas Fisik Olahraga Dengan Andropause*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Ryoto, V. (2012). *Hubungan antara kekuatan otot genggam dengan umur, tingkat kemandirian, dan aktivitas fisik pada lansia wanita klub geriatri terpilih Jakarta Utara tahun 2012*. Skripsi Progam Studi Ilmu Gizi Universitas Indonesia, 66–67.
- Siregar, Syofian. (2011). *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Surti, dkk. (2017). *Hubungan Antara Karakteristik Lanjut Usia Dengan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang*. Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
- United Nations. (2015). *World Population Ageing*. http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2015_Highlights.pdf.
- Warren J.M., et al. (2010). *Assessment of physical activity – a review of methodologies with reference to epidemiological research: a report of the exercise physiology section of the European Association of Cardiovascular Prevention and Rehabilitation*. *European Journal of Cardiovascular Prevention and Rehabilitation*. 17. Hlm. 127-139.
- Welis, Wilda & Muhamad Sazeli Rifki. (2013). *Gizi Untuk Aktivitas Fisik Dan Kebugaran*. Padang : Sukabina Press.
- Yulmardi. (2009). *Kehidupan Usia Lanjut di Pinggiran Kota Jambi : Studi Kasus Dua desa di Kotamadya Jambi*.