

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIFITAS FISIK
DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI DESA
KARANGDAYU KECAMATAN BAURENO
KABUPATEN BOJONEGORO**

SKRIPSI



M.IMAM WAHYUDI
NIM : 13.02.01.1251

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIFITAS FISIK
DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI DESA
KARANGDAYU KECAMATAN BAURENO KABUPATEN
BOJONEGORO**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Keperawatan**

**M.IMAM WAHYUDI
NIM : 13.02.01.1251**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M. IMAM WAHYUDI
NIM : 13.02.01.1351
Tempat, tanggal lahir : Bojonegoro, 17 januari 1995
Institusi : Prodi S-1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul: “hubungan dukungan keluarga dan aktifitas fisik dengan tingkat kecemasan pada lansia di desa Karangdayu kecamatan Baureno kabupaten Bojonegoro” adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 12 Mei 2017

Yang menyatakan,

M.IMAM WAHYUDI
NIM. 13.02.01.1251

LEMBAR PERSETUJUAN


Skripsi Oleh : M. IMAM WAHUDI
NIM : 13.02.01.1251
Judul : HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN
AKTIFITAS FISIK DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA LANSIA DI DESA KARANGDAYU KECAMATA
BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO

Telah Diuji dan disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji
Skripsi pada tanggal, 12 Mei 2017

Oleh:

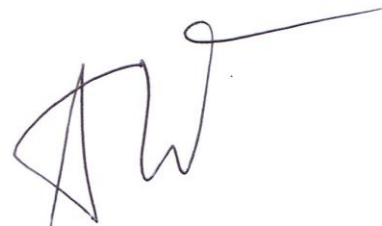
Mengetahui;

Pembimbing I



H. Alifin, S.KM., M.Kes
NBM. 722457

Pembimbing II



Abdul Majid, SE., M.M
NBM. 997775

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi

Di Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah

Lamongan

Tanggal: 12 Mei 2017

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua : Arifal Aris, Skep., Ns. Mkes

.....

Anggota : 1.H. Alifin,S.KM,M.Kes

.....


2. Abdul Majid,S.E, M.M

.....

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan

The image shows a blue circular official stamp of STIKES Muhammadiyah Lamongan. The stamp contains the text 'STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN' and 'KEPERAWATAN'. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in black ink.

Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M. Kes
NIK. 19540816 2005 001

CURICULUM VITAE

Nama : M.IMAM WAHYUDI

Tempat Tgl. Lahir : Bojonegoro, 17 januari 1995

Alamat Rumah : Ds Karangdayu Rt 10/Rw 05, Kec. Baureno, Kab.
Bojonegoro

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat pendidikan :

1. TK. Mabdaussholah Pomahan, Lulus Tahun 2001
2. MI. Mabdaussholah Pomahan, Lulus Tahun 2007
3. Mts. Darul Ulum Pasinan, Lulus Tahun 2010
4. MAN. Baureno, Lulus Tahun 2013
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2013
sampai sekarang 2017

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.”

(Q.S. Al-Insyirah: 5-6)

“Barang siapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rizki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barang siapa yang bertawakkal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya”

(Q.S. Ath-Thalaq: 2-3)

Skrpsi ini Kupersembahkan

- Kedua orang tuaku, Ibu dan Bapak, yang sangat ku sayangi, Atas jerih payahku dan Do'a yang selalu di berikan kepada ku sehingga aku dapat menjadi seperti ini.
- Buat Adik Syarul dan Afik Tercinta terimakasih atas do'a, dukungan motivasi dan canda.
- Buat teman-teman saya seperjuangan yang banyak memberikan motivasi dan semangat

ABSTRAK

M.Imam Wahyudi.,2017. **Hubungan Dukungan Keluargadan Aktifitas Fisik dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Desa Karangdayu, Kecamatan Baureno, Kabupaten Bojonegoro.** Skripsi. Program Studi S1 Keperawatan. STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) H.Alifin,S.KM.,M.Kes (2) Abdul Majid, S.E.,M.M.

Masalah yang paling sering didapati pada kesehatan lansia adalah kecemasan (anxietas). Bedasarkan survey awal menunjukan angka kejadian kecemasan pada lansia tinggi. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan pada lansia yaitu dukungan keluarga dan aktivitas fisik . Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan dukungan keluarga dan aktifitas fisik dengan tingkat kecemasan pada lansia

Desain penelitian ini menggunakan metode korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik *simple random sampling*. Populasi berjumlah 73 lansia. Sampel Berjumlah 62 Pengambilan data dilakukan pada bulan April menggunakan kuesioner tertutup dan di analisis menggunakan uji *multiple linear regression*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mengalami Kecemasan memiliki Dukungan Keluarga dan Aktifitas Fisik kurang. Dengan membandingkan t_{hitung} dan t_{tabel} , maka $t_{hitung} (2,382) > t_{tabel} (1,671)$. Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji t test antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada lansia diperoleh nilai sig (p) = 0,004 dimana $p < 0,05$ maka H_1 diterima. Keputusannya adalah H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada Dukungan Keluarga Dan Aktifitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kbpupaten Bojonegoro. Sedangkan pada uji menggunakan *multiple linear regression* didapatkan nilai $F_{hitung} (6,168) > F_{tabel} (3,15)$ dengan nilai sig (p)= 0,004^a dan nilai $p < 0.05$ yang artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Karangdayu, Kecamatan Baureno, Kabupaten Bojonegoro. Berdasarkan hasil penelitian ini maka dukungan keluarga dan aktivitas fisik pada lansia dapat mempertahankan peran perawat komunitas dalam mencegah kejadian kecemasan dengan tetap memberikan edukasi pada keluarga.

Kata kunci dukungan keluarga, aktifitas fisik, tingkat kecemasan

ABSTRACT

M.Imam Wahyudi., 2017. **Relationship Between Family Support And Physical Activity With Level Of Anxiety At Elderly In Village, District Of Baureno, Bojonegoro District.** Essay. Study Program S1 Keperawatan.STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) H.Alifin, S.KM., M.M.Kes (2) Abdul Majid, S.E., M.M.

The most common problem in elderly health is anxiety (anxiety). Based on the initial survey shows the incidence of anxiety in high elderly. One of the factors that cause anxiety in elderly is family support and physical activity. The purpose of this study was to determine the relationship of family support and physical activity with anxiety levels in the elderly

The design of this study using correlation analysis with cross sectional approach and simple random sampling technique. Population amounted to 72 elderly. Sample amounted to 62 Data were collected in April using a closed questionnaire and analyzed using multiple linear regression tests. The results show that most of the elderly who experience anxiety have less family support and physical activity. By comparing t arithmetic and t table, then t arithmetic (2.382) > t table (1.671). Based on the result of calculation by using t test test between family support with anxiety level at elderly obtained sig value (p) = 0,004 where p < 0,05 then H_1 accepted. The decision is H_0 rejected and H_1 accepted means there is Family Support And Physical Activity With Anxiety Level At Elderly In Karangdayu Village Baureno District Bojonegoro District. While the test using multiple linear regression obtained value of F_{count} (6,168) > F_{table} (3,15) with sig value (p) = 0,004a and p value < 0.05 which means there is relationship of family support and physical activity with level of anxiety padalansia in Desa Karangdayu, Sub Baureno , Bojonegoro District. Based on the results of this study, family support and physical activity in the elderly can maintain the role of community nurses in preventing the incidence of anxiety by still providing education to the family.

Keywords family support, physical activity, anxiety level

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “hubungan dukungan keluarga dan aktifitas fisik dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep, M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep, Ns,M.Kes, selaku Kaprodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
3. H.Alifin,S.KM, M.Kes, selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
4. Abdul Majid,S.E, M.M, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan, petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
5. Ayah dan Ibukami tercinta yang telah mendidik dan membesarkan kami sampai ke jenjang perkuliahan.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua awal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari Skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 12Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMANJUDUL	
HALAMAN SAMPUL	ii
LEMBAR PERYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
<i>CURICULUM VITAE</i>	vi
HALAMAN MOTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
KATA PENGATAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBARAN	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
DAFTAR SIMBOL	xx

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Bagi Akademik	7
1.4.2 Bagi Praktis	7

BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Keluarga	9
2.1.1 Pengertian Keluarga.....	9
2.1.2 Ciri-Ciri Keluarga	10
2.1.3 Fungsi Keluarga	10
2.1.4 Bentuk dan Tipe Keluarga	11
2.1.5 Tahap Kehidupan Keluarga	12
2.1.6 Tugas Keluarga	13
2.2 Konsep Dukungan Keluarga	14
2.2.1 Pengertian dukungan keluarga.....	14
2.2.2 Bentuk Dukungan Keluarga.....	14
2.2.3 Dukungan Keluarga Terhadap Lansia	15
2.2.4 Cara Mengukur Dukungan Keluarga	15
2.3 Konsep Aktifitas Fisik	16
2.3.1 Pengertian Aktifitas Fisik	16
2.3.2 Jenis-Jenis Aktifitas Fisik	16
2.3.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Aktifitas fisik	17
2.4 Konsep Lansia	18
2.4.1 Pengertian Lansia.....	18
2.4.2 Batasa Lanjut Usia	18
2.4.3 Pembagian Lanjut Usia	19
2.4.4 Teori Menua.....	19
2.4.5 Masalah Yang Sering Dihadapi Lansia.....	20
2.5 Konsep Dasar Kecemasan.....	22
2.5.1 Pengertian Kecemasan	22
2.5.2 Tingkat Kecemasan.....	22
2.5.3 Sekala Kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale HARS	23
2.5.4 Tanda-Tanda Cemas	26
2.5.5 Faktor Prodisposisi	27
2.5.6 Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada lensia.....	28
2.6 Kerangka Konsep.....	31
2.7 Hipotesis	32

BAB 3 : METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	33
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	34
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	34
3.2.2 Waktu Penelitian.....	34
3.3 Kerangka Kerja	34
3.4 Identifikasi Variabel.....	35
3.4.1 Variabel Independen	36
3.4.2 Variabel Dependen.....	36
3.5 Definisi Operasional	36
3.6 Populasi, Sampel, Sampling	38
3.6.1 Populasi.....	38
3.6.2 Sampel.....	39
3.6.3 Sampling	40
3.7 Pengumpulan Data Dan Analisa Penelitian	40
3.7.1 Pengumpulan Data	40
3.7.2 Instrumen Penelitian	41
3.7.3 Analisa Data.....	41
3.8 Etika Penelitian	48
3.8.1 Lembar Persetujuan Atau <i>Informed Consent</i>	48
3.8.2 Tanpa Nama Atau <i>Anominy</i>	49
3.8.3 Kerahasiaan Atau <i>Confidentiality</i>	49

BAB 4 : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitan	50
4.1.1 Data Umum	50
4.1.2 Data Khusus	52
4.2 Pembahasan	63
4.2.1 Dukungan Keluarga	63
4.2.2 Aktifitas Fisik.....	65
4.2.3 Tingkat Kecemasan Lansia	66
4.2.4 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan ...	67
4.2.5 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan.....	68

BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan	71
5.2 Saran	72
5.1.1 Bagi Lansia dan Keluarga	72
5.2.2 Bagi Instansi Kesehatan	72
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	72

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Definisi Oprasional Penelitian Hubungan Dukungan Keluarga dan Aktifitas Fisik dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Desa Krangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	38
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umu Lansia di Desa Karang dayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro 2017	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pendidikan Lansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro 2017	51
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Lansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	52
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Jenis KelaminLansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro 2017	52
Tabel 4.5 Distribus iFrekuensi Dukungan Keluarga di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro 2017	53
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Aktifita Fisik di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	53
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Desa KarangdayuKecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	54
Tabel 4.8 Distribusi Hubungan Dukungan Keluarga di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	54
Tabel 4.9 Distribusi Aktifitas Fisik di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	55
Tabel 4.10 Hasil uji Multikolonieritas Dukungan Keluarga Dan Aktifitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kbupaten Bojonegoro. 2017	57

Tabel 4.11	Hasil uji Autokorelasi	61
Tabel 4.12	Hasil Uji t Tes Dukungan Keluarga Dan Aktifitas fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	63
Tabel 4.13	Hasil Uji t Tes Dukungan Keluarga Dan Aktifitas fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	63
Tabel 4.14	Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan dengan uji F Dukungan Keluarga Dan Aktifitas fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro. 2017	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Konseptual. Dukungan Keluarga Dan Aktifitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro	31
Gambar 3.2 Kerangka Kerja penelitian. Dukungan Keluarga Dan Aktifitas Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Desa Karangdayu Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro	35
Gambar 4.1 Diagram P-Plot Hasil Uji Normalitas.....	56
Gambar 4.2 Uji Heteroskedastisitas	58

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Ijin Permohonan Peneliti
- Lampiran 3 : Surat Balasan Kasbangpol Bojonegoro
- Lampiran 4 : Surat Balasan Penelitian dari Kepala Desa Krangdayu
- Lampiran 5 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Kuisisioner
- Lampiran 8 : Kisi-Kisi
- Lampiran 9 : Tabulasi Penelitian
- Lampiran 10 : Tabulasi Data
- Lampiran 11 : Hasil Spss
- Lampiran 12 : Tabel T
- Lampiran 13 : Tabel F
- Lampiran 14 : Lembar Konsultasi Skripsi

DAFTAR SIMBOL

%	: persen
\leq	: kurang dari atau sama dengan
\geq	: lebih dari atau sama dengan
$<$: kurang dari
$>$: lebih dari
=	: sama dengan
-	: sampai
H1	: terdapat hubungan yang signifikan
Σ	: jumlah
P	: proporsi
X	: frekuensi yang memperoleh
N	: besar Sampel
N	: nilai yang didapat
Sp	: skor yang didapat
Sm	: skor tertinggi maksimum