

**PENGGUNAAN WAKTU LUANG DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SOKARAJA I KABUPATEN
BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan sebagai Memenuhi Syarat
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan

Oleh :

ANIS ZAHRIA

1511020031

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN SI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2019**

Penggunaan Waktu Luang...,Anis Zahria,Fakultas Ilmu Kesehatan,2019

**PENGGUNAAN WAKTU LUANG DAN DUKUNGAN
KELUARGA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SOKARAJA I KABUPATEN BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan sebagai Memenuhi Syarat
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan

Oleh :

ANIS ZAHRIA

1511020031

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN SI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang diajukan oleh:

Nama : Anis Zahria
NIM : 1511020031
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto,
Judul : Penggunaan Waktu Luang dan Dukungan Keluarga pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I Kabupaten Banyumas

telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 26 April 2019



Ns. Dedy Purwito, S.Kep. M.Sc., Ph.D

NIK/NIP. 2160153

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh:

Nama : Anis Zahria
NIM : 1511020031
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Judul : Penggunaan Waktu Luang dan Dukungan Keluarga Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Sokaraja Kabupaten Banyumas

telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Isna Hikmawati, SKM, M.Kes (Epid)
Penguji 2 : Ns. Suci Ratna Estria, S.Kep., M. Kep
Penguji 3 : Ns. Dedy Purwito, S.Kep., M.Sc., Ph.D

[Handwritten signatures of the examiners]

Ditetapkan di : Purwokerto
Tanggal : 26 April 2019

Mengetahui:
Dekan FIKES
[Signature]
Kusnan Mujahid, M.Si
NIP. 19650309 199403 1 002



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anis Zahria
NIM : 1511020031
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto,

menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 26 April

2019

Yang membuat
pernyataan




Anis Zahria

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anis Zahria
NIM : 1511020031
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto,
Jenis karya : Skripsi

menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Penggunaan Waktu Luang dan Dukungan Keluarga Pada Lansia di
Wilayah Kerja Puskesmas I Sokaraja Kabupaten Banyumas”**

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/ mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto
Pada tanggal : 26 April 2019
Yang menyatakan,


Anis Zahria



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Penggunaan Waktu luang dan Dukungan Keluarga pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I Kabupaten Banyumas”

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada :

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
2. Nabi Muhammad Shallallahu'alaihiwasallam yang telah membawa kita dari zaman jahiliah ke zaman Islamiyah.
3. Kedua orang tuaku dan adiku tersayang, terima kasih atas do'a dan dukungan yang telah diberikan selama ini.
4. Dr.Anjar Nugroho, M.S.I., M.H.I sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
5. Drs. H. Ikhsan Mujahid, M.S.I selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menyetujui penulisan proposal ini.
6. Ns. Sri Suparti, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan SI Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
7. Isna Hikmawati,SKM.,M.Kes(Epid) selaku dosen penguji I skripsi saya yang telah menguji saya
8. Ns.Suci Ratna Estria.,S.Kep.,M.Kep selaku dosen penguji II skripsi saya yang telah menguji saya.
9. Ns. Dedy Purwito,S.Kep.M.Sc.,Ph.D selaku dosen pembimbing sekaligus dosen penguji IIIskripsi saya yang telah membimbing saya.
10. Bapak dan ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah berkenan memberikan ilmunya.

11. Kepala Tata Usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah banyak membantu proses administrasi penelitian.
12. Teman–teman terutama Kelas A Keperawatan S1 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
13. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapat balasan dan diridhoi Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna karena memiliki keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Akhir kata semoga skripsi ini berguna bagi semua orang.

Purwokerto, April 2019

Penulis,

ANIS ZAHRIA

NIM. 1511020031

PENGUNAAN WAKTU LUANG DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SOKARAJA I KABUPATEN BANYUMAS

Anis Zahria¹, Dedy Purwito²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan S1,
Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Setiap lansia telah mengalami kemunduran berbagai aspek yang menyebabkan penurunan kemampuan dalam melakukan setiap aktivitas. Lansia cenderung mengalami perlambatan pendengaran, penglihatan, pergerakan dan respon yang lambat. Sangatlah penting bagi lansia untuk mempertahankan aktivitas fisik tersebut salah satunya adalah penggunaan waktu luang. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan oleh keluarga dalam bentuk dukungan emosi, penilaian, informasi, dan instrumental. Dukungan keluarga sangat penting dan diperlukan oleh lansia dalam mempertahankan aktivitas fisik dalam penggunaan waktu luang.

Tujuan: Untuk mengetahui dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia terkait dengan penggunaan waktu lansia di wilayah kerja Puskesmas Sokaraja I Kabupaten Banyumas.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 3236 responden. Pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan teknik *simple random sampling* sejumlah 95 sampel. Analisa data menggunakan uji Chi Square.

Hasil Penelitian : Terdapat dukungan keluarga yang memiliki makna ada pengaruh penggunaan waktu luang pada lansia yaitu dukungan instrumental pada kegiatan kerjabakti, ($0,045 < 0,05$), dukungan keluarga instrumental pada kegiatan posyandu ($0,029 < 0,05$) dan dukungan keluarga emosional kegiatan menonton TV ($0,00 < 0,05$). Dengan nilai P value = 0,000.

Kesimpulan : Untuk dapat memanfaatkan penggunaan waktu luang pada lansia hendaknya keluarga memberikan dukungan seperti halnya dengan mendampingi lansia di rumah, mendengarkan keluhan, mengajak bersosialisasi pada masyarakat dan meningkatkan semangat lansia selalu aktif mengikuti kegiatan secara teratur.

Kata Kunci : Waktu Luang, Dukungan Keluarga, Lansia

THE USE OF LEISURE TIME AND FAMILY SUPPORT IN ELDERLY IN PUBLIC HEALTH CENTER SOKARAJA I BANYUMAS REGENCY

AnisZahria¹, DedyPurwito²

^{1,2} Faculty of Health Sciences, S1 Nursing Study Program,
University of MuhammadiyahPurwokerto, Purwokerto, Indonesia

ABSTRACT

Background: Every elderly person has experienced setbacks in various aspects causing a decrease in ability to do any activity. Elderly people tend to experience slowing of hearing, vision, movement and response. It is very important for the elderly to maintain physical activity, one of which is the use of leisure time. Family support is a form of behavior carried out by the family in the form of emotional support, assessment, information, and instrumental. Family support is very important and needed by the elderly in maintaining physical activity in the use of leisure time.

Objective: To find out family support given to the elderly related to the use of elderly time in Public Health Center, Banyumas Regency

Method: This study employed analytical observational study with a crosssectional approach. The population in this study were 3236 respondents. Sampling in this study was a simple random sampling technique of 95 samples. Analysis of the data used Chi Square test.

Results: There is family support that has meaning that there is an influence of leisure time on the elderly, namely instrumental support for work activities, (0.045 <math>≤ 0.05</math>), instrumental family support in posyandu activities (0.029 <math>≤ 0.05</math>) and emotional family support for watching activities TV (0.00 <math>≤ 0.05</math>). With a value of P value = 0,000

Conclusion: To have qualified leisure time for the elderly, the family should provide support such as assisting the elderly at home, listening to their complaints, inviting them to socialize with the community and increasing their spirit to be always active in participating in activities regularly.

Keywords: Elderly, Leisure, Family Support

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERYANTAAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Terkait.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Lanjut Usia (Lansia)	10
B. Waktu Luang.....	16
C. Dukungan Keluarga	24

D. Kerangka Teori	28
E. Kerangka Konsep.....	29
F. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel.....	30
D. Teknik Sampling	32
E. Variabel Penelitian.....	33
F. Definisi Operasional	34
G. Intrumen Penelitian.....	35
H. Teknik Pengumpulan Data.....	37
I. Prosedur Penelitian	38
J. Jalan Penelitian	39
K. Pengolahan Data	40
L. Uji Validasi dan Uji Reliabilitas.....	41
M. Analisis Data	42
N. Etika Penelitian.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil penelitian.....	45
B. Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. KESIMPULAN	80
B. SARAN	81
DAFTAR PUSTAKA	82

DAFTAR TABEL

Tabel

	Halaman
3.1 Teknik Sampling.....	32
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
3.4 Kisi-kisi Kuesioner Dukungan Keluarga.....	36
3.5 Kisi-kisi Kuesiner Penggunaan Waktu Luang Lansia.....	36
4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	45
4.2 Presentase Dukungan Keluarga.....	46
4.3 Presentase Penggunaan Waktu pada Lansia.....	47
4.4 Dukungan keluarga terhadap penggunaan Waktu Luang.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Kerangka Teori	28
2.1	Kerangka Konsep	29
3.1	Prosedur Penelitian	38
3.2	Jalan Penelitian	39



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. *Informed Consent*
- Lampiran 4. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5. Surat Ijin Studi Pendahuluan di Puskesmas Sokaraja I Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas.
- Lampiran 6. Surat Permohonan Ijin Uji Validitas Kuesioner Penelitian di Puskesmas Kalibagor Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas.
- Lampiran 7. Surat Permohonan Ijin Penelitian di Kesbangpol Kabupaten Banyumas
- Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9. Lembar konsul
- Lampiran 10. Lembar Perbaikan Ujian proposal
- Lampiran 11. Lembar Perbaikan Ujian Skripsi
- Lampiran 12.. Surat Pengesehan Terjemahan Judul Skripsi
- Lampiran 13. Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 14. Hasil Data Validitas
- Lampiran 15. Hasil Data Penelitian
- Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian