

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan periode akhir dari kehidupan seseorang dan setiap individu akan mengalami proses penuaan dengan terjadinya perubahan pada berbagai aspek fisik, psikologis dan sosial. Untuk memantau kesehatan lansia maka dibuatlah kegiatan posyandu lansia. Posyandu lansia merupakan suatu wadah pelayanan usaha kesehatan bersumber daya masyarakat (UKBM) untuk melayani penduduk lansia yang menitikberatkan pelayanan kesehatan pada upaya promotif dan preventif, salah satu kegiatannya adalah senam lansia (Muttaqin dan Rahayuningsih, 2017; Anggraeni, 2018; Windiah Nur Kusumaningtyas dan Erika Dewi Noorratri, 2022). Senam lansia merupakan kegiatan yang bermanfaat bagi peningkatan kesehatan lansia memiliki sifat 5M (murah, mudah, massal, meriah dan manfaat) (Muttaqin dan Rahayuningsih, 2017; Pustikasari, 2019).

Upaya promosi senam lansia sudah gencar dilakukan, namun keikutsertaan lansia masih rendah. Rendahnya minat lansia untuk mengikuti program senam lansia dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satu faktor yang memungkinkan adalah dukungan keluarga seperti keluarga tidak mau mengantarkan lansia ke tempat posyandu, keluarga yang sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan kesehatan lansia.

Menurut Kusumaningtyas (2022) dukungan orang terdekat merupakan faktor penguat (*reinforcing factor*) yang dapat mempengaruhi seseorang dalam berperilaku misal dalam keikutsertaan program senam lansia.

Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7.56%) pada tahun 2010, menjadi 25.9 juta jiwa (9.7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat di mana tahun 2035 menjadi 48.2 juta jiwa (15.77%) (Teting *et al.*, 2022). Jumlah lansia di Malang pada tahun 2018 sejumlah 10.32%, tahun 2019 sejumlah 10.68%, dan pada tahun 2020 sejumlah 11.04% (BPS Jawa Timur, 2023). Menurut hasil penelitian Restiana dan Pustikasari (2019) jumlah lansia yang aktif mengikuti senam lansia adalah 18 sampai 30 orang atau 22.5% - 37.5% dari total 89 lansia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara pada tanggal 3 Maret 2023 dengan 8 lansia saat melaksanakan kegiatan posyandu di Desa Sumbersuko Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang, 5 lansia mengatakan tidak mengikuti kegiatan senam lansia di posyandu secara rutin disebabkan oleh beberapa faktor yaitu jarak rumah dengan tempat posyandu yang terlalu jauh dan waktu senam lansia yang tanggal pelaksanaannya tidak pasti/ berubah-ubah setiap bulannya, serta lansia sudah terlanjut berangkat ke ladang untuk berkebun. Sedangkan 3 lansia mengatakan aktif dalam mengikuti senam lanjut usia karena keluarga selalu mengingatkan waktu posyandu lansia, keluarga selalu mengantarkan ke tempat posyandu dan keluarga memberikan pengetahuan tentang pentingnya mengikuti senam lansia.

Dukungan keluarga merupakan tindakan yang paling penting dilakukan mengingat keluarga adalah orang dekat lansia yang biasa berinteraksi. Dukungan tersebut tentu akan memberikan stimulus bagi lansia untuk aktif mengikuti kegiatan senam lansia di posyandu (Muttaqin dan Rahayuningsih, 2017; Anggraeni, 2018; Windiah Nur Kusumaningtyas dan Erika Dewi Noorratri, 2022). Strategi preventif yang paling baik untuk meningkatkan dukungan keluarga yang adekuat dalam membantu anggota keluarga dalam mempertahankan kesehatan. Keluarga yang baik akan memberi pengaruh positif bagi perkembangan lansia dan sebaliknya rendahnya dukungan keluarga akan mempengaruhi perilaku lansia dalam pemeliharaan kesehatan dan akan berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia. Bila lansia mendapat dukungan yang cukup dari keluarga, maka lansia akan termotivasi untuk merubah perilaku untuk menjalani gaya hidup yang sehat secara optimal sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidupnya (Khairuddin, 2018).

Solusi untuk meningkatkan dukungan keluarga terhadap keikutsertaan lansia mengikuti posyandu lansia dengan cara petugas kesehatan memberikan penyuluhan dan sosialisasi kepada keluarga dan lansia tentang pentingnya mengikuti program posyandu lansia, memaparkan manfaat dari kegiatan posyandu lansia bagi kesehatan lansia, kader kesehatan melakukan pendekatan kepada keluarga untuk mengajak keluarga aktif mendampingi atau mengantar lansia ke posyandu, mengingatkan lansia jika lupa jadwal posyandu lansia dan

berusaha membantu mengatasi segala permasalahan lansia (Azizah, 2019). Menurut Blewitt dalam Anggraeni *et al.* (2015) salah satu dukungan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan lansia dengan memberikan fasilitas dan dorongan terhadap lansia untuk mengikuti suatu aktivitas/kegiatan berupa senam lansia. Lansia justru harus tetap melakukan aktivitas-aktivitas yang berguna bagi kehidupannya dalam menjaga kesehatan baik fisik maupun kejiwaannya dan mengetahui manfaat dari senam lansia itu sendiri. Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian tentang bagaimanakah gambaran dukungan keluarga dalam keikutsertaan program senam lansia di Desa Sumbersuko Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran dukungan keluarga dalam keikutsertaan program senam lansia di Desa Sumbersuko Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran dukungan keluarga dalam keikutsertaan program senam lansia di Desa Sumbersuko Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan untuk pengembangan ilmu keperawatan gerontik terutama dalam pokok bahasan dukungan keluarga terhadap kesehatan lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini adalah

1. Bagi Posyandu Lansia

Hasil penelitian ini dapat sebagai bahan masukan bagi posyandu lansia untuk membuat strategi yang lebih tepat untuk meningkatkan partisipasi lansia mengikuti senam lansia melalui partisipasi keluarga.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat sebagai bahan informasi tambahan dalam meningkatkan peran kampus dalam pengabdian masyarakat untuk meningkatkan kepersertaan lansia dalam senam lansia

3. Bagi Lansia

Diharapkan lansia mengetahui manfaat senam lansia sehingga kesadaran dan keyakinan diri lansia lebih meningkat sehingga dapat menunjang kesehatan lansia

4. Peneliti Selanjutnya

Menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian kearah hubungan atau pengaruh peran dukungan keluarga terhadap keaktifan lansia mengikuti program senam lansia.

