

# Hubungan keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur = The relationship between elderly gymnastic activity and elderly body balance in Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung, East Jakarta

Agnes Febriyanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20347018&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur. Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan rancangan cross sectional menggunakan 75 responden lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung yang dipilih dengan teknik purposive sampling.

Hasil uji analisis menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur ( $p=0,004$ ,  $= 0,05$ ). Peneliti merekomendasikan supaya program senam lansia dapat diikuti oleh seluruh lansia sehingga dapat menjaga tingkat keseimbangan tubuh lansia.

*This study aims to determine the relationship between elderly gymnastic activity and elderly body balance in PSTW Budi Mulia 1 Cipayung, East Jakarta. The study design is a descriptive correlation with cross sectional design using 75 respondents whom selected by purposive sampling technique.*

*Analysis test results showed that there is a significant correlation between the elderly gymnastic activity and elderly body balance in PSTW Budi Mulia 1 Cipayung ( $p = 0.004$ ,  $= 0,05$ ). Researchers recommend that elderly gymnastic program can be followed by all elderly to maintain the body's balance level of the elderly.*