

Tingkat motivasi lansia untuk mengikuti kegiatan olahraga di panti

Emy Rianti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20363082&lokasi=lokal>

Abstrak

Sebagai perawat profesional yang bertanggung jawab membantu klien lansia memperoleh kesehatan yang optimal dan memelihara kesehatan lansia, Salah satu Cara yang dapat dilakukan adalah dengan upaya preventif Realisasi upaya preventif tersebut salah satunya adalah dengan memberikan motivasi dan mendukung keikutsertaan lansia dalam kegiatan olah raga. Maka peneliti tertarik mengetahui tingkat motivasi lansia untuk mengikuti kegiatan olah raga di panti.

Desain dalam penelitian ini adalah menggunakan deskriptif sederhana, sedang responden yang dipilih adalah 30 orang lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan tinggal dipanti.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner pada responden yang memenuhi kriteria.

Setelah dilakukan analisa data diperoleh hasil sebagai berikut 1 sebagian besar lansia mempunyai motivasi yang tinggi untuk melakukan kegiatan olah raga di Panti (86%), motivasi sedang 30%, dan motivasi rendah tidak ada (0%).

Hal ini kemungkinan disebabkan telah terjadi internalisasi dalam diri lansia Lmtuk memenuhi kebutnhan olah raga bagi dirinya. Internalisasi tersebut dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik yang ada terutama support system dari lingkunganl panti, dimana panti sudah mempunyai jadwal yang tetap dan teratur untuk kegiatan olah raga serta dukungan penuh dari petugas panti.

Kiranya hasil penelitian ini tidaklah berhenti sampai disini, tetapi perlu ditindak lanjuti dengan melaksanakan penelitian lebih lanjut guna mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang olah raga bagi lansia demi meningkatkan kesejahteraan lansia pada umumnya.