

ABSTRAK

MEITA. Korelasi Frekuensi Senam Osteoporosis dengan Kualitas Hidup Lansia di Klub Senam Osteoporosis RS PMI Bogor Tahun 2013. Dibimbing oleh dr. RIA MARIA, Sp.KJ dan dr. NUR HAJRIYA BRAHMI, MH.Kes.

Latar Belakang: Seiring perkembangan teknologi dan zaman, meningkat pula usia harapan hidup, sehingga jumlah usia lanjut (lansia) di dunia semakin bertambah. Proses dari penambahan usia akan berakhir dengan penuaan yang akan menyebabkan penurunan kualitas hidup pada lansia. Aktifitas fisik (senam) memberi pengaruh positif terhadap kualitas hidup. Kualitas hidup menurut WHOQOL Group adalah sebagai persepsi individu mengenai posisi individu dalam hidup dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana individu hidup dan hubungannya dengan tujuan, harapan, standar yang ditetapkan dan perhatian seseorang. WHOQOL – BREF membagi kualitas hidup menjadi empat dimensi yaitu kesehatan fisik, kesejahteraan psikologi, hubungan sosial dan hubungan dengan lingkungan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui korelasi senam osteoporosis dengan kualitas hidup lansia di klub senam osteoporosis Bogor.

Metodologi: Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional*. Besarnya sampel ditentukan menggunakan rumus *analitik korelasi* didapat sebanyak 37 orang dan sampel berupa data primer dengan teknik *simple random sampling*. Data yang diperoleh diuji dengan menggunakan uji *korelatif Pearson* dengan alternatif *Spearman*. Penilaian kualitas hidup menggunakan kuesioner baku WHOQOL – BREF.

Hasil: Terdapat hubungan bermakna ($p= 0,00$) antara frekuensi senam dengan kualitas hidup dimensi sosial lansia, dengan koefisien korelasi ($r=0,855$) serta arah korelasi positif (+). Nilai *Adjusted R Square* adalah sebesar 72,4%. Sedangkan pada dimensi fisik, psikologi, dan lingkungan tidak terdapat hubungan bermakna.

Kesimpulan: Kegiatan senam yang dilakukan lansia menyebabkan terjadinya interaksi sosial sehingga terdapat pengaruh pada kualitas hidup dimensi sosial.

Kata kunci: lansia, senam osteoporosis, kualitas hidup

Kepustakaan : 38 (1999-2012)

ABSTRACT

Meita. Osteoporosis exercise frequency correlation with the quality of life of the elderly in club gymnastic osteoporosis RS PMI Bogor in 2013. Guided by dr. MARIA RIA, Sp.KJ and dr. NUR HAJRIYA Brahmi, MH.Kes.

Background: As technological developments and age, life expectancy also increased, thus increasing the number of elderly in the world. Process of increasing age will end with aging that will lead to decreased quality of life in elderly. Physical activity (exercise) gives a positive effect on quality of life. Quality of life according to the WHOQOL group is as individual perceptions of the individual's position in life in the context of culture and value systems in which individuals live and their relation to goals, expectations, standards set and one's attention. BREF divides quality of life into four dimensions physical health, psychological well being, social relations and relations with the environment. The purpose of this study was to determine the correlation of osteoporosis exercise with the elderly quality of life in osteoporosis gymnastic club in RS PMI Bogor.

Methodology: This type of research is cross sectional analytic design. Size of the sample was determined using an analytical formula correlation gained a total of 37 people and a sample of primary data by simple random sampling technique. The data obtained were tested using the Pearson correlation test and Spearman as the alternative. The assessment of quality of life using the WHOQOL-BREF raw quotienter.

Results: There is a significant relationship ($p = 0.00$) between the frequency of gymnastics with the social dimension of quality of life of the elderly, with a correlation coefficient ($r = 0.855$) as well as the direction of the positive correlation (+), Adjusted R Square value was 72.4%. Whereas on the physical, psychological, and environmental dimension no significant relationship exist.

Conclusion: Gymnastic activities undertaken by elderly lead to social interactions which caused the influence on the social dimension of quality of life.

Keywords: elderly, osteoporosis gymnastic, quality of life

Bibliography: 38 (1999-2012)

