

**HUBUNGAN KETERBATASAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA
LANSIA YANG MENGALAMI REMATIK
DI BR.PILISAN, DESA KABA-KABA,
KEDIRI TABANAN**



SKRIPSI

Diajukan Oleh :

I NYOMAN ARIE SUKADI NUGRAHA

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

**HUBUNGAN KETERBATASAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA
LANSIA YANG MENGALAMI REMATIK
DI BR.PILISAN, DESA KABA-KABA,
KEDIRI TABANAN**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

I NYOMAN ARIE SUKADI NUGRAHA

C1117074

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KETERBATASAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA YANG MENGALAMI
REMATIK DI BR.PILISAN, DESA KABA-KABA,
KEDIRI TABANAN**

Diajukan Oleh :

I NYOMAN ARIE SUKADI NUGRAHA

C1117074

Mangapura, 18 Juni 2021

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

Pembimbing II


A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM
NIDN. 0807108001

**Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua**



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**

Mangupura, 26 Juni 2021

Diajukan Oleh :

I NYOMAN ARIE SUKADI NUGRAHA

C1117074

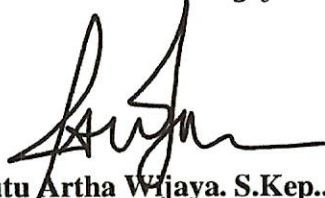
Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. Ni Komang Matalia Gandhari, S.Kep.,MH
NIDN. 0813098803

Sekretaris Penguji



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

Anggota Penguji



A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM
NIDN. 0807108001

**Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua**



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN BINAUSADA BALI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Skripsi, Juni 2021

I Nyoman Arie Sukadi Nugraha

xiv + 63 + 7 tabel + 2 gambar + 16 lampiran

Hubungan Keterbatasan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Rematik Di Br. Pilisan Desa Kab-Kaba Kediri Tabanan

ABSTRAK

Perubahan fisiologis yang terjadi akibat dari proses menua yaitu kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, gerakan lambat. Secara biologis proses penuaan merupakan suatu perubahan fungsi dan struktur organ. Hal tersebut menyebabkan adanya banyak lansia yang mengalami penyakit rematik bukan hal asing bagi masyarakat. Penyakit ini banyak diderita seiring dengan bertambahnya umur yang disebabkan oleh adanya pengapuran sendi, sehingga orang dengan jenis penyakit ini akan mengalami nyeri sendi dan keterbatasan gerak yang akan bergantung pada orang lain terhadap aktivitas sehari-hari yang dilakukannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Keterbatasan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Rematik Di Br.Pilisan Desa Kaba-Kaba Kediri Tabanan.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi. Pendekatan yang digunakan yaitu *cross-sectional* dengan penentuan sampel menggunakan teknik sampling jenis *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 responden. Data dianalisis menggunakan uji statistik *Sparman Rank*

Berdasarkan Uji *Sparman Rank* dapat dinyatakan bahwa nilai $p = 0,013$ dengan koefisien korelasi 0,0349. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan keterbatasan aktifitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami rematik di br. pilisan, desa kaba-kaba, kediri tabanan dengan arah hubungan yang positif, berarti semakin sering melakukan aktivitas fisik, maka tingkat kecemasan lansia yang mengalami rematik akan lebih menurun.

Kata Kunci :Lansia, Rematik, Keterbatasan Aktifitas Fisik

Daftar Pustaka : 27 (2012-2019)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, June 2021

I Nyoman Arie Sukadi Nugraha

xiv + 63 + 7 tables + 2 pictures + 16 appendixes

The Correlation between Limitation of Physical Activity to Anxiety Levels in Elderly who has Rheumatism at Br. Pilisan Village Kaba-Kaba Kediri Tabanan

ABSTRACT

Changes that occur as a result of the aging process are physical decline which is characterized by sagging skin and slow movements. Biologically the aging process is a change in the function and structure of organs. It causes the existence of many elderly who experience rheumatic diseases are not a weird thing to the community. This disease is often suffered with increasing age caused by the presence of calcification of the joints therefore people with this type of disease will experience joint pain and limitations of movement that will be experienced by other people with visible daily activities. The purpose of this study was to determine the correlation between limitation of physical activity to anxiety levels in elderly who has rheumatism at Br. Pilisan Village Kaba-Kaba Kediri Tabanan.

This study used a correlation research design. The approach used was cross-sectional with the determination of the sample using a non-probability sampling technique, namely purposive sampling. The sample in this study were 50 respondents. The data were analyzed using the Spearman Rank statistical test

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi. Pendekatan yang digunakan yaitu cross-sectional dengan penentuan sampel menggunakan teknik sampling jenis non probability sampling yaitu purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 responden. Data dianalisis menggunakan uji statistik Sparman Rank.

Based on the Sparman Rank test, it could be stated that $p\text{-value} = 0.013$ with a correlation coefficient of 0.0349. It showed that there was a correlation between limitation of physical activity to anxiety levels in elderly who has rheumatism at Br. Pilisan Village Kaba-Kaba Kediri Tabanan with a positive correlation direction, meaning that the more often you do physical activity, the decrease anxiety level felt by the elderly who experience rheumatism will be.

Keywords : Elderly, Rheumatism, Limitation of Physical Activity

Bibliography : 27 (2012-2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul “Hubungan Keterbatasan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Rematik di Br. Pilisan Desa Kaba-Kaba Kediri Tabanan” tepat pada waktunya. Skripsi penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali.

Penyusunan skripsi penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui pengantar ini penulis mengucapkan terima kasih :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi S1 Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali atas kesempatan yang diberikan, sehingga penulis dapat mengikuti skripsi ini.
3. Ns. Putu Artha Wijaya. S.Kep., M.Kep., selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan penyusunan proposal penelitian ini.

4. A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM selaku dosen pembimbing II yang telah banyak turut membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan penyusunan proposal penelitian ini.
5. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan penuh, doa dan materil dalam proses penyusunan proposal penelitian
6. Dan seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan penyusunan skripsi penelitian ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini nantinya mampu menjadi tambahan referensi dalam meningkatkan kualitas ilmu keperawatan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Mangupura, 21 Juni 2021

Penulis

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Nyoman Arie Sukadi Nugraha

NIM : C1117074

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Keterbatasan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Rematik di Br. Pilisan Desa Kaba-Kaba Kediri Tabanan

Menyatakan dengan ini sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat bukti bahwa Tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, juni 2021

(I Nyoman Arie Sukadi Nugraha)

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Lansia	8
1. Pengertian Lansia	8
B. Perubahan-perubahan Fisiologis Sistem Muskuloskeletal Lansia	10
C. Proses Menua	10
1. Teori Menua	11
2. Batasan Lanjut Usia.....	15
D. Aktivitas Fisik	16
1. Pengertian Aktivitas Fisik	16

2. Pengukuran Aktivitas Fisik.....	17
3. Manfaat Aktivitas Fisik terhadap Kesehatan	17
4. Tipe-tipe Aktivitas Fisik.....	18
E. Kecemasan	20
1. Pengertian Kecemasan	20
2. Aspek-aspek dalam Kecemasan	21
3. Gejala-gejala Kecemasan	21
4. Ciri-ciri Kecemasan	22
5. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan	23
F. Rematik.....	24
1. Pengertian Rematik.....	24
2. Manifestasi Klinis Rheumatoid Arthritis	24
3. Etiologi.....	25
4. Faktor yang Mempengaruhi Rheumatoid Arthritis.....	25
5. Tanda dan Gejala	26
G. Kerangka Teori.....	27

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep	28
B. Hipotesis Penelitian	29
C. Definisi Operasional	30

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi	32
2. Sampel	33
C. Etika Penelitian.....	34
D. Alat Pengumpulan Data.....	35
1. Instrumen Penelitian	35

2. Validitas dan Reliabilitas	36
E. Prosedur Pengumpulan Data	38
1. Prosedur Administrasi	38
2. Prosedur Teknis	38
F. Pengolahan Data	39
G. Analisa Data.....	40
1. Analisa <i>Univariat</i>	40
2. Analisa <i>Bivariat</i>	41

BAB V HASIL

A. Kondisi Lokasi Penelitian	42
B. Analisis Data	44

BAB VI PEMBAHSAN

A. Interpretasi Penelitian	48
B. Keterbatasan Penelitian.....	58
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	59

BAB VII PENUTUP

A. Simpulan	60
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Oprasional.....	31
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia	44
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan	44
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Keterbatasan Aktivitas Fisik pada Lansia di Br. Pilisan Desa Kaba-Kaba Kediri Tabanan	45
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Lansia di Br. Pilisan Desa Kaba-Kaba Kediri Tabanan	46
Tabel 5.6 Hasil Uji Bivariat Keterbatasan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Br. Pilisan Desa Kaba-Kaba	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	27
Gambar 3.1 Kerangka Konsep penelitian	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Rencana Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Balasan Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 5 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Kuesioner Aktifitas Fisik
- Lampiran 7 : Kuesioner Kecemasan
- Lampiran 8 : Surat Permohonan Uji Validitas Rehabilitas Instrument Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Balasan Uji Validitas Rehabilitas Instrument Penelitian
- Lampiran 10 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 11 : Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 12 : Hasil Analisis SPSS
- Lampiran 13 : Data Uji Validitas Dan Reabilitas
- Lampiran 14 : Lembar Dokumentasi
- Lampiran 15 : Lembar Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 16 : Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Basuki, W. (2015). Faktor-Faktor Penyebab Kesepian terhadap Tingkat Depresi pada Lansia Penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda. *Journal Psikologi*, 4(1), 713–730.
- Chintyawati, C. (2014). Hubungan Antara Nyeri Reumatoid Arthritis Dengan Kemandirian Dalam Aktivitas Kehidupan Sehari-Hari Pada Lansia Di Posbindu Karang Mekar Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Tangerang Selatan Tingkat, 1–127.
- Defebrianasusda, D., Batubara, S., & Monika, A. D. H. (2018). Hubungan Antara Nyeri Reumatoid Arthritis Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Aktivitas Kehidupan Sehari-Hari Pada Pra Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesao Kabupaten Kupang. *Journal of Linguistics*, 3(2), 139–157.
- Ginting. (2014). Implementasi Algoritma Multilevel Feedback Untuk Pembuatan. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*.
- Irawan, C., Sudiyanto, A., & Fanani, M. (2019). Pengaruh Self-Hypnosis Terhadap Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Osteoarthritis. *Biomedika*, 11(1), 24. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v11i1.6606>
- Irfannuddin Asnaw, H. (2019). Korelasi Antara Tingkat Kecemasan Dan Aktivitas Fisisk Dengan Tingkat Kemandirian Pada Lanjut Usia.
- Kartini, K., Samaran, E., & Marcus, A. (2019). Hubungan Antara Nyeri Reumatoid Arthritis Dengan Kemandirian Adl Pada Lansia. *Nursing Arts*, 12(1), 13–19. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i1.68>
- Kemenkes RI. (2016). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2015*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, I. B. G. H., & Ardani, I. I. (2018). Hubungan tingkat kecemasan terhadap aktivitas sehari-hari pada lansia di Panti Werdha Wana Seraya, Denpasar - Bali. *E-JURNAL MEDIKA*, 7(1), 37–42.
- McBain, H., Shipley, M., & Newmann, S. (2013). The Impact of Appearance Concerns on Depression and Anxiety in Rheumatoid Arthritis. *Musculoskeletal Care*, 11(1), 19–30.
- Meliny, Suhadi, & Sety, M. (2017). Analisis Faktor Risiko Rematik Usia 45-54 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017.

JIMKESMAS, 2(2), ISSN : 2502-73 IX.

- Nahariani, P., ... P. L.-J., & 2013, undefined. (2012). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Intensitas Nyeri Sendi pada Lansia di Panti Werdha Mojopahit Kabupaten Mojokerto. *Journal.Stikespemkabjombang.Ac.Id*, 34–39. Retrieved from <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jm/article/view/359>
- Nainggolan, F. C. (2017). Aktivitas Fisik Terhadap Timbulnya Nyeri Pada Penderita Rematik Jaringan Lunak Di Kota Malang.
- Najmina, N. (2018). Pendidikan Multikultural Dalam Membentuk Karakter Bangsa Indonesia. *Jupiiis: Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.24114/jupiiis.v10i1.8389>
- Ningsih, R., & Farizal, J. (2013). Pengaruh Tai-Chi Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Media Kesehatan*, 9, 63–71.
- Notoadmojo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Notoatmodjo, S. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Ilmu Perilaku Kesehatan*, (jakarta).
- Nursalam. (2016). Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Rehena, Z., Romroma, F., & Ivakdalam, L. M. (2019). Hubungan Asupan Makanan dan Obesitas dengan Kejadian Arthritis Reumatoid pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Ambon, 1(1), 77–82.
- Riwidikdo. (2014). Statistik Kesehatan Teknik Analisis Data. *Penelitian Kesehatan*.
- Sastroasmoro. (2016). Dasar-Dasar Metodologi. *Penelitian Klinis*, 5.
- Sonza, T., Badri, I. A., & Erda, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities of Daily Living Pada Lansia. *Human Care Journal*, 5(3), 688. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.818>
- Sugiyono. (2016). Statistika untuk Penelitian. *Statistika Untuk Penelitian*.
- Syam, S. (2012). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Rematik pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKes Prima Nusantara Bukittinggi*, 3(2), 17–26.
- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.738>

Zuhroiyah, S. F., Sukandar, H., & Sastradinaja, S. B. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total, Kolesterol Low-Density Lipoprotein, dan Kolesterol High-Density Lipoprotein pada Masyarakat Jatinangor. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 2(3), 116–122. <https://doi.org/10.24198/jsk.v2i3.11954>