

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN
OSTEOARTHRITIS GENU DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KEDUNGMUNDU**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

NANDA OKTAVIANA

NIM 22020120120014

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2024

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nanda Oktaviana

NIM : 22020120120014

Fakultas/ Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk soft copy untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 17 Mei 2024

Yang Menyatakan



Nanda Oktaviana

NIM. 22020120120014

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Nanda Oktaviana
No.Telp : 082328879104
Email : nandaoktavi975@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 24% dan bukan hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 17 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Nanda Oktaviana

NIM. 22020120120014

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN
OSTEOARTHRITIS GENU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KEDUNGMUNDU**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Nanda Oktaviana

NIM : 22020120120014

Telah disetujui sebagai hasil penelitian dan dinyatakan telah memenuhi untuk
direview

Pembimbing,

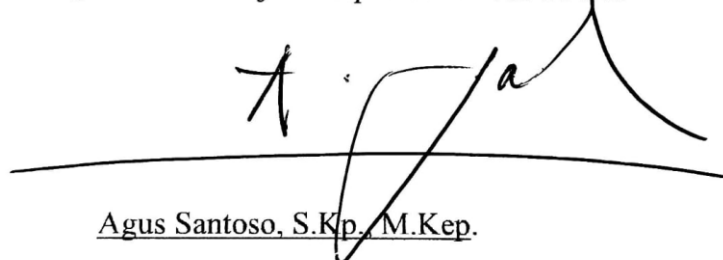


Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep.

NIP. 197502122010122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTHRITIS GENU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDUNGUMUNDU

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Nanda Oktaviana

NIM 22020120120014

Telah diuji pada 31 Mei 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Ketua Penguji,



Sari Sudarmiati, S.Kp., Ns. M.Kep., Sp.Kep.Mat

NIP. 197906122002122001

Anggota Penguji,



Nur Setiawati Dewi, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D

NIP. 197612302001122002

Pembimbing,



Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep.

NIP. 197502122010122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi “Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu” tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penyusunan skripsi, yaitu sebagai bahan perencanaan penelitian “Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu” agar penelitian dapat berjalan secara sistematis dan terstruktur. Selain itu, dengan penulisan skripsi ini dapat menambah wawasan mengenai latar belakang dan tinjauan pustaka mengenai topik penelitian bagi penulis dan para pembaca. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penulisan skripsi ini. Peneliti menyadari, skripsi yang penulis tulis ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Semarang, 17 Mei 2024

Peneliti



Nanda Oktaviana

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini juga tidak terlepas dari arahan, bimbingan, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti memyampaikan ucapan terima kasih, khususnya kepada:

1. Ibu Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep. sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing, memotivasi, serta memberikan saran dalam proses penyusunan skripsi ini.
2. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia menjadi responden dan membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.
3. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
4. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
5. Ibu Sari Sudarmiati, S.Kp., Ns. M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku penguji I yang memberikan masukan kepada penulis.
6. Ibu Nur Setiawati Dewi, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D selaku penguji II yang memberikan masukan kepada penulis.
7. Bapak, Ibu dan adik serta teman-teman saya yang selalu memberikan do'a dan dukungan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Pihak-pihak lain yang terlibat dan tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

DAFTAS ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
DAFTAS ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Mahasiswa dan Masyarakat.....	6
1.4.2 Bagi Profesi Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Peneliti.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Aktivitas Fisik pada Lansia	7
2.1.1 Konsep Aktivitas Fisik.....	7
2.1.2 Manfaat aktivitas fisik.....	7
2.1.3 Domain aktivitas fisik	8
2.1.4 Tingkatan aktivitas fisik.....	9
2.1.5 Konsep Lansia.....	11
2.1.6 Perubahan Lansia	13
2.1.7 Pergantian pada sistem mukuloskeletal	14
2.1.8 Aktivitas fisik pada lansia	15
2.2 Osteoarthritis Genu	16
2.2.1 Konsep Osteoarthritis Genu	16

2.2.2 Etiologi Osteoarthritis Genu	18
2.2.3 Faktor Risiko Osteoarthritis Genu	19
2.2.4 Gejala Klinis dan Dampak Osteoarthritis Genu.....	21
2.2.5 Penatalaksanaan Osteoarthritis Genu	22
2.2.6 Penyakit komorbid osteoarthritis genu.....	24
2.2.7 Hubungan aktivitas fisik dengan osteoarthritis	25
2.3 Kerangka Teori	27
2.4 Kerangka Konsep.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	29
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
3.2.1 Populasi.....	29
3.2.2 Sampel.....	30
3.2.3 Besar sampel	30
3.2.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	31
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	32
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran.....	32
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	35
3.5.1 Instrumen Penelitian	36
3.5.2 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	40
3.5.3 Pengumpulan Data	41
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisa Data	44
3.6.1 Teknik Pengolahan Data	44
3.6.2 Analisa Data.....	46
3.7 Etika Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN	50
4.1 Karakteristik Demografi	50
4.2 Tingkat Aktivitas Fisik	52
4.3 Domain Aktivitas Kerja.....	52
4.4 Domain Aktivitas Perjalanan.....	55
4.5 Domain Aktivitas Rekreasi	58
BAB V PEMBAHASAN	62
5.1 Karakteristik Demografi	62
5.1.1 Jenis kelamin.....	62
5.1.2 Usia	63

5.1.3 Pekerjaan.....	64
5.1.4 Lama menderita osteoarthritis genu	65
5.1.5 Penyakit komorbid	66
5.2 Tingkat Aktivitas Fisik	69
5.3 Domain Aktivitas Fisik	72
5.4 Keterbatasan Penelitian	73
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	75
6.1 Kesimpulan	75
6.2 Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	viii

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel, Definisi Operasional, Alat Ukur, Hasil Ukur, dan Skala Penelitian.....	32
Tabel 3.2 Distribusi item-item Pertanyaan Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu	36
Tabel 3.3 Coding Data Penelitian	45
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n = 179) .	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Aktivitas Fisik Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179) ...	52
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Domain Aktivitas Kerja pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179)	52
Tabel 4.4 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Kerja dengan Jenis Kelamin Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	53
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Kerja dengan Usia Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	53
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Kerja dengan Riwayat Pekerjaan Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	54
Tabel 4.7 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Kerja dengan Lama Menderita Osteoarthritis Genu pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	54
Tabel 4.8 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Kerja dengan Penyakit Komorbid Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	55
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Domain Aktivitas Perjalanan pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	55
Tabel 4.10 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Perjalanan dengan Jenis Kelamin Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	56
Tabel 4.11 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Perjalanan dengan Usia Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	56
Tabel 4.12 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Perjalanan dengan Riwayat Pekerjaan Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	57
Tabel 4.13 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Perjalanan dengan Lama Menderita Osteoarthritis Genu pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	57

Tabel 4.14 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Perjalanan dengan Penyakit Komorbid pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	58
Tabel 4.15 Distribusi Frekuensi Domain Aktivitas Rekreasi pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	58
Tabel 4.16 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Rekreasi dengan Jenis Kelamin Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	59
Tabel 4.17 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Rekreasi dengan Umur Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	59
Tabel 4.18 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Rekreasi dengan Riwayat Pekerjaan Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	60
Tabel 4.19 Tabel Silang Domain Aktivitas Rekreasi dengan Lama Lansia Menderita Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	60
Tabel 4.20 Tabulasi Silang Domain Aktivitas Rekreasi dengan Penyakit Komorbid pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada Mei 2024 (n=179).....	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin pengambilan data awal penelitian dari Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP	viii
Lampiran 2. Surat izin pengambilan data awal penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Semarang	ix
Lampiran 3. Surat izin penelitian dari Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP.....	x
Lampiran 4. Surat izin penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Semarang	xi
Lampiran 5. Surat izin penelitian dari Puskesmas Kedungmundu.....	xii
Lampiran 6. Ethical Clearance	xiii
Lampiran 7. Izin penggunaan instrument.....	xiv
Lampiran 8. Permohonan responden.....	xv
Lampiran 9. Informed consent	xvii
Lampiran 10. Instrumen penelitian	xviii
Lampiran 11. Bukti Turnitin	xxii
Lampiran 12. Hasil Analisis Uji Statistik.....	xxiii
Lampiran 13. Bukti Konsultasi dengan Dosen Pembimbing	xxxvii

ABSTRAK

Nanda Oktaviana

Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Osteoarthritis Genu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu

xiv + 86 Halaman + 23 Tabel + 13 Lampiran

Manusia akan menua seiring dengan berjalannya usia dan rawan mengalami berbagai masalah kesehatan pada tubuhnya seperti mengalami osteoarthritis. Osteoarthritis genu merupakan peradangan sendi lutut yang umum terjadi pada lansia, gejala yang sering dialami yaitu nyeri pada lutut sehingga dapat berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari. Studi terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara aktifitas fisik pekerja tani dengan osteoarthritis dan menggunakan kuesioner IPAQ. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada lansia dengan osteoarthritis genu di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu. Sampel pada penelitian ini berjumlah 179 lansia yang dipilih menggunakan metode accidental sampling. Penelitian ini menggunakan instrument *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) yang terdiri dari 16 pertanyaan dan 3 domain aktivitas fisik. Hasil dari olah data demografi responden menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini mayoritas memiliki jenis kelamin perempuan, merupakan seorang ibu rumah tangga serta memiliki hipertensi sebagai penyakit komorbid terbanyak. Sedangkan pada tingkat aktivitas fisik responden mayoritas memiliki tingkat aktivitas fisik yang sedang yaitu sebanyak 152 responden atau 84,9%. Pada domain aktivitas fisik kerja sebanyak 103 responden (84,9%) pada tingkat sedang, domain aktivitas fisik perjalanan sebanyak 114 responden (63,7%) memiliki tingkat sedang dan domain aktivitas fisik rekreasi memiliki 105 responden (58,7%) pada tingkat sedang. Lansia perlu melakukan aktivitas fisik yang cukup dan sesuai dengan kemampuan tubuhnya sehingga dapat mengurangi risiko terkena osteoarthritis genu.

Kata kunci: osteoarthritis genu, lansia, aktivitas fisik

ABSTRACT

Nanda Oktaviana

The Description of Physical Activity in Elderly People with Osteoarthritis Genu in the Kedungmundu Community Health Center Working Area.

xiv + 86 Pages + 23 Tables + 13 Attachments

Humans will age as they grow older and are prone to experiencing various health problems in their bodies such as osteoarthritis. Knee osteoarthritis is a common joint inflammation in the elderly, with common symptoms including knee pain that can affect daily activities. Previous studies have shown a relationship between the physical activity of farmers and osteoarthritis, using the IPAQ questionnaire. This study aims to determine the description of physical activity in the elderly with knee osteoarthritis in the working area of Kedungmundu Community Health Center. The sample in this study amounted to 179 elderly people selected using accidental sampling methods. This study used the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) instrument consisting of 16 questions and 3 domains of physical activity. The results of demographic data analysis of respondents showed that the majority of respondents in this study were female, housewives, and had hypertension as the most common comorbid disease. Meanwhile, in terms of physical activity levels, the majority of respondents had moderate physical activity levels, with 152 respondents or 84.9%. In the work physical activity domain, 103 respondents (84.9%) had a moderate level, in the travel physical activity domain, 114 respondents (63.7%) had a moderate level, and in the recreational physical activity domain, 105 respondents (58.7%) had a moderate level. The elderly need to engage in sufficient physical activity appropriate to their body's capabilities to reduce the risk of knee osteoarthritis.

Keywords: osteoarthritis genu, elderly, physical activity