

**LAPORAN PENELITIAN PENGEMBANGAN WILAYAH
TAHUN ANGGARAN 2011**

**PERILAKU HIDUP SEHAT PARA LANSIA KORBAN ERUPSI
MERAPI PASCA BENCANA DI KECAMATAN
CANGKRINGAN SLEMAN DIY**



Diajukan Oleh:

**Prof. Dr. Suharti
Dr. Siswantoyo, M.Kes.
Soni Nopembri, M.Pd.**

**Penelitian ini dibiayai oleh DIPA-UNY, sesuai dengan Surat Perjanjian
Pelaksanaan Hibah Penelitian nomor: 5/H34.21/KTR.PW/2011,
tanggal 1 April 2011**

**PUSAT STUDI OLAHRAGA
PUSAT STUDI LANJUT USIA
LEMBAGA PENELITIAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
OKTOBER 2011**

**LEMBAR PENGESAHAN
LAPORAN PENELITIAN PENGEMBANGAN WILAYAH**

1. Judul penelitian : Perilaku hidup sehat para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Daerah Kabupaten Sleman
2. Ketua Peneliti:
 - a. Nama Lengkap : Prof. Dr. Suharti
 - b. Jabatan : Guru Besar
 - c. Jurusan : Pendidikan Seni Rupa
 - d. Alamat Surat : FBS UNY Jl. Kolombo No.1 Karangmalang Yogyakarta.
 - e. Telepon kantor : (0274)
 - f. Faksimili : (0274)
 - g. Email : suharti@uny.ac.id
3. Tema payung penelitian : Kesehatan dan Lingkungan
4. Skim penelitian : Pengembangan Wilayah Lemlit
5. Bidang keimuan/penelitian: Kesehatan
6. Tim peneliti

No	Nama dan Gelar	Bidang Keahlian
1	Dr. Siswantoyo, M.Kes.	Kesehatan Olahraga
2	Soni Nopembri, M.Pd.	Teori Bermain

7. Lokasi penelitian : Yogyakarta
8. Waktu Penelitian : 6 bulan
9. Dana yang diusulkan : Rp.10.000.000,-

Yogyakarta, 15 Maret 2011
Ketua Tim Peneliti,

Prof. Dr. Suharti
NIP. 195106151978032001

Mengetahui

Kepala Pusat Studi Olahraga

Ketua Pusat Lansia

Dr. Siswantoyo, M.Kes.
NIP. 19720310 199903 1 002

Prof. Dr. Suharti
NIP. 195106151978032001

Kepala Lembaga Penelitian UNY

Prof. Sukardi, Ph.D.
NIP.19530519 197811 1 001

KATA PENGANTAR

Kami panjatkan puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kekuatan untuk menyelesaikan laporan penelitian. Ucapan terimakasih saya sampaikan kepada Ketua Lembaga Penelitian UNY beserta staffnya, Badan Pertimbangan Penelitian (BPP), Ketua Pusat Studi Lansia, dan Ketua Pusat Studi Olahraga yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melakukan penelitian Pengembangan Wilayah ini. Terima kasih saya sampaikan juga pada para mahasiswa yang telah terlibat dalam penelitian ini.

Penelitian yang berjudul “Perilaku hidup sehat para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Kecamatan Cangkringan Sleman DIY” ini bertujuan untuk mengetahui perilaku hidup sehat para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Kecamatan Cangkringan Sleman DIY. Selain itu, penelitian ini juga menghasilkan data sosial ekonomi para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Kecamatan Cangkringan Sleman DIY.

Kami berharap penelitian ini dapat menjadi bahan masukan yang berarti bagi para pembaca dalam upaya menjaga kesehatan fisik dan mental. Kritik dan saran yang membangun terhadap penelitian ini akan senantiasa kami terima agar dikemudian hari dapat diperbaiki.

Tim Peneliti

ABSTRAK

PERILAKU HIDUP SEHAT PARA LANSIA KORBAN ERUPSI MERAPI PASCA BENCANA DI KECAMATAN CANGKRINGAN SLEMAN DIY

Oleh.
Prof. Dr. Suharti
Soni Nopembri, M.Pd
Dr. Siswantoyo, M.Kes.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat perilaku hidup sehat para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Kecamatan Cangkringan Sleman DIY.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, dengan metode survai melalui serangkaian proses pengumpulan data yang meliputi kuesioner, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian ini adalah para lansia korban bencana erupsi merapi yang berada di Kecamatan Cangkringan Sleman DIY berjumlah 50 orang yang diambil secara insidental. Instrumen dalam Penelitian ini berupa adalah kuesioner perilaku hidup sehat lansia korban bencana erupsi merapi yang terdiri atas faktor perilaku kebersihan perorangan, makan dan minum, tidur/istirahat, dan kesehatan jasmani sebanyak 34 butir. Data yang diperoleh dari penelitian ini selanjutnya dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan teknik persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Perilaku hidup sehat para lansia korban erupsi merapi pasca bencana di Kecamatan Cangkringan termasuk dalam kategori sedang. Hal ini didasarkan pada para lansia yang termasuk kategori tinggi sebanyak 10 orang (20 %), sedang sebanyak 35 orang (70 %), dan buruk sebanyak 5 orang (10 %) serta nilai rata-rata (mean) sebesar 91,92 berada pada rentang 83-101 yaitu kategori sedang.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Sehat, Lansia, Bencana, Merapi

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Abstrak	iv
Daftar Isi	vi
Daftar Tabel	vii
Daftar Gambar	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Perilaku Hidup Sehat	7
B. Sosial Ekonomi dan Perilaku Hidup Sehat	10
C. Memahami Lansia.....	11
D. Pentingnya Kesehatan dan Aktivitas Jasmani bagi Lansia	13
E. Penelitian yang Relevan.....	18
F. Kerangka Berpikir	21
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian.....	25
B. Definisi Operasional	25
C. Subjek Penelitian.....	25

D. Instrumen Penelitian	26
E. Teknik Pengumpulan Data.....	26
F. Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Deskripsi Lokasi dan Subjek Penelitian	28
B. Hasil Penelitian	28
1. Deskripsi Sosial Ekonomi Lansia Korban Erupsi Merapi	28
2. Perilaku Hidup Sehat Lansia Korban Erupsi Merapi	33
C. Pembahasan.....	36
1. Status Sosial Ekonomi Lansia Korban Erupsi Merapi.....	36
2. Perilaku hidup Sehat Lansia Korban Erupsi Merapi	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
A. Kesimpulan	41
B. Implikasi Penelitian	42
C. Keterbatasan Penelitian.....	42
D. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	26
Tabel 3.2 Rumus Norma Kategori Perilaku Hidup Sehat	27
Tabel 4.1. Lansia berdasarkan Usia	29
Tabel 4.2. Lansia berdasarkan jenis Kelamin.....	30
Tabel 4.3. Lansia berdasarkan Pekerjaan	31
Tabel 4.4. Lansia Berdasarkan Tingkat Pendidikan	32
Tabel 4.5. Deskripsi Data Perilaku Hidup Sehat Lansia	34
Tabel 4.6. Rentang Norma Kategori Perilaku Hidup Sehat	34
Tabel 4.7. Tingkat Perilaku Hidup Sehat	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Histogram Lansia berdasarkan Usia	29
Gambar 4.2. Histogram Lansia berdasarkan Jenis Kelamin.....	30
Gambar 4.3. Histogram Lansia berdasarkan Jenis Pekerjaan.....	31
Gambar 4.4. Histogram Lansia berdasarkan Tingkat Pendidikan	33
Gambar 4.5. Histogram Perilaku Hidup Sehat Lansia Korban Erupsi Merapi.....	35