

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI LANSIA DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI PONORAGAN, LOA KULU KUTAI KARTANEGARA

Relationship Between The Motivation Of Elderly With Clean And Healthy Behavior In Ponoragan, Loa Kulu Kutai Kartanegara

Laode Hepriansyah¹, Milkhatun², Alfi Ari Fakhrur Rizal³

¹ Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi UMKT

² Dosen Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi UMKT

³ Dosen Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi UMKT

ABSTRAK

Latar belakang: Lansia adalah suatu tahap dalam hidup manusia mulai dari bayi, anak-anak, remaja, tua dan lansia. Sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat dan menciptakan lingkungan sehat salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia yaitu melalui pencegahan primer yaitu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui adanya hubungan antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara, dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel yang digunakan yaitu lansia di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara sebanyak 86 responden dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Analisis bivariat dengan menggunakan *Spearman Rho* diperoleh nilai *sig* 0,000 yang menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Nilai korelasi *Spearman* sebesar 0.476 yang menunjukkan korelasi positif.

Kata Kunci: Lansia, Motivasi, Perilaku hidup bersih dan sehat

ABSTRACT

Background: Elderly is a stage in human life ranging from babies, children, adult, old people and the elderly. Health can be achieved by changing the behavior of the unhealthy and creating a healthy environment, one of the efforts to improve the health of the elderly is through primary prevention, namely applying clean and healthy behaviors. This research aims to determine the relationship between the motivation of elderly with clean and healthy living behavior in the village of Loa Kulu Ponoragan District of Kutai Kartanegara, using a descriptive correlational research design with a *Cross Sectional* approach. The sample used was elderly in Ponoragan Village, Loa Kulu Subdistrict, Kutai Kartanegara with 86 respondents using stratified random sampling technique. Bivariate analysis using *Spearman Rho* obtained *sig* value 0,000 which indicates that there is a meaningful relationship between the motivation of the elderly with clean and healthy lifestyle. The *Spearman* correlation value is 0.476 which shows a positive correlation.

Keywords: Elderly, Motivation, Clean and healthy behavior

PENDAHULUAN

Ilmu pengetahuan dan teknologi yang saat ini berkembang pesat juga berpengaruh pada bidang kesehatan dan sosial ekonomi yang baik, hal ini menyebabkan meningkatnya angka harapan hidup dunia. *World Health Statistic* 2014 mengungkapkan bahwa pada 2012 usia harapan hidup dunia berkisar antara 73 tahun untuk perempuan dan 68 tahun untuk laki-laki, jumlah ini mengalami peningkatan enam tahun lebih lama dari usia harapan hidup dunia pada tahun 1990.¹

Data Badan Pusat Statistik Samarinda tahun 2015 menyebutkan bahwa jumlah penduduk Samarinda sebanyak 812,597 jiwa. Lansia dengan usia 45-49 tahun sebanyak 46,224 jiwa, lansia dengan usia 55-59 tahun sebanyak 21,881 jiwa, dan jumlah lansia dengan usia 65 tahun keatas sebanyak 17,650 jiwa.²

Jumlah lansia yang sangat besar membawa konsekuensi terhadap aspek kehidupannya baik fisik, psikososial dan ekonomi. Permasalahan yang dialami lansia di Indonesia adalah menurunnya kondisi kesehatan, mundurnya kemampuan fisik, menurunnya kondisi mental, belum berfungsinya potensi yang dimiliki, banyak yang terlantar, tidak ada pekerjaan, tanpa bekal hidup serta kondisi penopang yang belum memuaskan.³

Mengingat dampak dari perilaku terhadap derajat kesehatan cukup besar, maka diperlukan berbagai upaya untuk perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Melalui program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) telah diluncurkan sejak tahun 1996 oleh pusat penyuluhan kesehatan masyarakat, yang sekarang bernama pusat promosi kesehatan.³

Hasil dari studi pendahuluan dengan menggunakan metode wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 8 November 2016 di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara dengan indikator PHBS1. Kebersihan kulit, 2. Kebersihan rambut, 3. Kebersihan gigi, 4. Kebersihan tangan, kaki dan kuku, 5. Kebiasaan berolahraga, 6. Kebiasaan tidur yang cukup, 7. Gizi dan menu seimbang.⁴

Didapatkan 4 dari 10 lansia tidak patuh dalam menjaga kebersihan dirinya, hasil wawancara dan observasi tersebut didapatkan 2 lansia yang kebersihan kulitnya kurang, jarang mandi, rambut lepek, 2 lansia mengatakan terganggu pola tidurnya yaitu susah memulai tidur dan sering terbangun di malam hari dan susah untuk tidur kembali, dan 10 lansia rata-rata tidak pernah melakukan olah raga, sedangkan untuk kebiasaan makan tidak memperhatikan waktu dan diit gizi seimbang. Hasil observasi menunjukkan bahwa lingkungan tempat tinggal rata-rata masih kotor dengan banyaknya penataan kandang ternak yang dekat dengan rumah sekitar 2 meter.

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi 110 lansia di Desa Panoragan dan sampel 86 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*.

Uji normalitas data menggunakan *Kolmogorov Smirnov* didapatkan data untuk motivasi lansia nilai $p=0,004 < 0,05$ dan perilaku hidup bersih dan sehat nilai $p=0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa keduanya memiliki distribusi data tidak normal.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2017. Pelaksanaan penelitian dilakukan di Desa Ponoragan Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara.

Untuk mengetahui hubungan motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat menggunakan uji nonparametrik *Korelasi Spearman Ranks (rho)* dengan bantuan SPSS 16. Derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95%, $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik responden

No	Karakteristik Responden	F	%
1	Usia		
	60-74	49	57.0
	75-90	35	40.7
	>90	2	2.3
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	39	45.3
	Perempuan	47	54.7
3	Tingkat Pendidikan		
	Tidak Sekolah/Tidak Tamat	42	48.8
	SD	18	20.9
	SMP	15	17.4
	SMA	10	11.6
	Perguruan Tinggi	1	1.2
4	Tempat Tinggal		
	Anak	30	34.9
	Suami/Istri	39	45.3
	Lain-lain	17	19.8
5	Status Perkawinan		
	Menikah	39	45.3
	Duda	24	27.9
	Janda	23	26.7
Total		86	100

Sumber : Data primer penelitian 2017

Pada tabel diatas diperoleh hasil berdasarkan karakteristik responden bahwa proporsi tertinggi dari usia paling banyak, responden berusia 60-74 tahun yaitu 49 orang (57.0%). Proporsi tertinggi dari jenis kelamin yaitu responden laki-laki sebanyak 39 orang (45.3%). Proporsi tertinggi dari tingkat pendidikan responden yaitu tidak sekolah sebanyak 42 Orang (48.8%). Proporsi tertinggi dari bertempat tinggal yang paling banyak bersama suami/istri sebanyak 39 orang (45.3%). Proporsi tertinggi dari status perkawinan yang paling banyak dengan status perkawinan menikah 39 orang (45.3%).

b. Motivasi lansia

Variabel	Mean Median	Modus	SD	Min-Mak	95% CI
Motivasi	64.12 64.00	60	4.681	45-74	63.11-65.12

Sumber : Data primer penelitian 2017

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi deskriptif motivasi lansia memiliki skor rata-rata 64.00 (95% CI= 63.11-65.12). Estimasi interval dengan tingkat kepercayaan 95% diyakini bahwa motivasi lansia mempunyai skor antara 63.11-65.12. Dari pengukuran nilai-nilai berdasarkan nilai median dan standar deviasi yang memiliki data berdistribusi tidak normal diketahui yang memiliki motivasi tinggi sebanyak 16 orang (18.6%), responden yang memiliki motivasi sedang sebanyak 64 orang (74.4%), dan yang memiliki motivasi rendah sebanyak 6 orang (7.0%).

c. Perilaku hidup bersih dan sehat

Variabel	Mean Median	Modus	SD	Min Maks	95% CI
PHBS	15.66 16.00	15	1.214	13-18	15.40-15.92

Sumber : Data primer penelitian 2017

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi deskriptif perilaku hidup bersih dan sehat memiliki skor rata-rata 16.00 (95% CI= 15.40-15.92). Berdasarkan hasil tersebut, estimasi interval dengan tingkat kepercayaan 95% diyakini bahwa perilaku hidup bersih dan sehat mempunyai skor antara 15.40-15.92. Dari pengukuran nilai-nilai berdasarkan nilai median dan standar deviasi yang memiliki data berdistribusi tidak normal diketahui yang memiliki PHBS tinggi sebanyak 5 orang (5.8%), responden yang memiliki PHBS sedang sebanyak 66 orang (76.7%), dan yang memiliki PHBS rendah sebanyak 15 orang (17.4%).

2. Analisis Bivariat

Variabel Independen Dependen	Pearson Correlation (r)	P-Value
Motivasi Lansia Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat	0.476	0,000

Sumber : Data primer penelitian 2017

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian ini diperoleh nilai *sig* 0,000. Nilai korelasi *Spearman* sebesar 0.476 yang menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi sedang. Oleh karena itu, hasil uji statistik menunjukkan P-Value lebih kecil dari alpha ($0.000 > 0,05$) Sehingga ada hubungan bermakna antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik responden berdasarkan usia responden

Distribusi frekuensi responden sebagian besar responden berusia 60-74 tahun 49 orang (57.0%),

Dari data tersebut terlihat dengan pengelompokkan umur bahwa menurut Organisasi Kesehatan Dunia dengan usia lansia dikategorikan menjadi empat golongan usia yaitu usia pertengahan (*Middle age*) adalah kelompok usia 45-59 tahun, lanjut usia (*Elderly*) adalah 60-74 tahun, lanjut usia tua (*Old*) adalah kelompok usia 75-90 tahun dan usia sangat tua (*Very old*) adalah kelompok usia diatas 90 tahun.⁵

Asumsi peneliti mengenai hasil penelitian ini adalah umur yang semakin tua yang diakibatkan dari proses penuaan dari berbagai sel mengakibatkan fungsi tubuh lansia yang semakin menurun, oleh sebab itu diharapkan lansia bisa mulai menjaga pola aktivitas yang lebih efektif.

b. Berdasarkan Jenis Kelamin

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin yaitu mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 47 orang (54.7%). Komnas Lansia menyebutkan bahwa menurut jenis kelamin jumlah lansia perempuan sebesar 10,44 juta orang (54,03%) dari seluruh penduduk lansia, dari jumlahnya lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki yang hanya 8,88 juta (45,97%) dari seluruh penduduk.⁶

Asumsi peneliti bahwa perempuan mempunyai angka harapan hidup yang tinggi daripada laki-laki dan jumlahnya lebih banyak daripada laki-laki, harapan peneliti lansia yang berjenis kelamin perempuan maupun laki-laki diharapkan dapat sama-sama berupaya meningkatkan kualitas dan kesejahteraan hidupnya.

c. Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar lansia tidak sekolah atau tidak tamat SD sebanyak 42 orang (48.8%), Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup, dengan berpendidikan yang tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain, keluarga maupun dari media masa, semakin banyak informasi maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan

begitupun sebaliknya apabila pendidikan rendah maka semakin mungkin mempengaruhi kemampuan seseorang (lansia) untuk mendapatkan informasi.⁷

Asumsi peneliti bahwa rendahnya tingkat pendidikan lansia mungkin disebabkan oleh rendahnya kesempatan belajar pada waktu mereka masih berusia muda, sekolah masih jarang dan hanya orang-orang tertentu yang bisa bersekolah, sebagai akibatnya hanya sedikit dari mereka yang dapat mengenyam pendidikan tinggi.

d. Berdasarkan Tempat Tinggal

Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut tempat tinggal sebagian besar lansia tinggal bersama suami atau istrinya sebanyak 39 orang (45.3%). Asumsi peneliti bahwa jika lansia tinggal bersama-sama maka ada kemungkinan dari dukungan keluarga untuk saling memotivasi berperilaku hidup bersih dan sehat.

e. Status Perkawinan

Distribusi frekuensi responden berdasarkan status perkawinan yaitu sebagian besar responden dengan status perkawinan menikah sebanyak 33 orang (38.4%). Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa keluarga adalah yang menghubungkan seseorang dengan kehidupan sosial di lingkungan sekitarnya dan berperan dalam membentuk seseorang untuk mengambil suatu keputusan dalam upaya mempertahankan kualitas hidupnya.⁸

Asumsi peneliti bahwa lansia yang masih mempunyai pasangan memperoleh motivasi dibandingkan yang tidak mempunyai pasangan. Hal tersebut disebabkan lansia yang masih mempunyai pasangan maka ada kemungkinan dari dukungan keluarga untuk saling memotivasi berperilaku hidup bersih dan sehat lansia.

f. Motivasi lansia

Berdasarkan distribusi deskriptif variabel independen menunjukkan bahwa distribusi frekuensi motivasi lansia memiliki skor rata-rata 64.00 (95% CI= 63.11-65.12). Berdasarkan hasil tersebut, estimasi interval dengan tingkat kepercayaan 95% diyakini bahwa motivasi lansia mempunyai skor antara 63.11-65.12. Responden yang memiliki motivasi tinggi sebanyak 16 orang (18.6%), responden yang memiliki motivasi sedang sebanyak 64 orang (74.4%), dan yang memiliki motivasi rendah sebanyak 6 orang (7.0%).

Motivasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu intrinsik dan faktor ekstrinsik.⁹ salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi adalah situasi dan kondisi, berdasarkan keadaan yang terjadi sehingga mendorong atau memaksakan seseorang untuk melakukan sesuatu.¹⁰ Asumsi peneliti bahwa motivasi merupakan penggerak dari dalam dan dari luar untuk memenuhi tujuan yang ingin dicapai.

g. Perilaku hidup bersih dan sehat

Berdasarkan distribusi deskriptif variabel dependen menunjukkan bahwa distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat memiliki skor rata-rata 16.00 (95% CI= 15.40-15.92). Berdasarkan hasil tersebut, estimasi interval dengan tingkat kepercayaan 95% diyakini bahwa perilaku hidup bersih dan sehat mempunyai skor antara 15.40-15.92. Responden yang memiliki PHBS tinggi sebanyak 5 orang (5.8%), responden yang memiliki PHBS sedang sebanyak 66 orang (76.7%), dan yang memiliki PHBS rendah sebanyak 15 orang (17.4%).

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah salah satu strategi yang dapat ditempuh untuk menghasilkan kemandirian dibidang kesehatan baik pada masyarakat maupun pada keluarga, yang artinya harus ada komunikasi antar keluarga/masyarakat untuk memberikan informasi dan melakukan pendidikan kesehatan. Ini menjadi tanggung jawab Pemerintah Kabupaten/Kota beserta jajaran sektor terkait untuk memfasilitasi kegiatan PHBS dikeluarga agar dijalankan secara efektif.¹¹

Asumsi peneliti bahwa kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku salah satunya dengan memelihara, menjaga dan meningkatkan kualitas hidup melalui perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

2. Analisis Bivariat

Berdasarkan distribusi deskriptif hasil penelitian kedua variabel menunjukkan bahwa variabel motivasi lansia berhubungan positif. Hasil uji statistik menunjukkan P-Value lebih kecil dari alpha (0.000 > 0,05) yang berarti H_0 ditolak sehingga ada hubungan bermakna antara motivasi lansia

dengan perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Ponoragan Kec. Loa Kulu Kab. Kutai Kartanegara.

Lingkungan adalah tempat dimana seseorang tinggal. Lingkungan dapat mempengaruhi seseorang hingga dapat termotivasi untuk melakukan sesuatu. Selain keluarga, lingkungan juga mempunyai peran yang besar dalam memotivasi seseorang dalam mengubah tingkah lakunya.¹²

Asumsi peneliti bahwa motivasi berkaitan erat dalam menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat karena motivasi merupakan salah satu dorongan atau faktor internal dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau tujuan yang ingin dicapai.

KESIMPULAN

Hasil penelitian diperoleh nilai *sig* 0,000 yang menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara motivasi lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Nilai korelasi *Spearman* sebesar 0.476 yang menunjukkan korelasi positif.

SARAN

Bagi lansia perlu adanya sosialisasi terhadap lansia tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Lansia juga perlu mengikuti kegiatan sosial yang berhubungan dengan kesehatan lansia.

Bagi Keluarga, Keluarga yang tinggal bersama lansia perlu memperhatikan tentang kebutuhan lansia dan memahami keterbatasan yang dialami lansia. Keluarga mampu memberikan dukungan kepada lansia.

Bagi Peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian tentang faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku PHBS lansia, misalnya faktor umur, jenis kelamin, kemampuan motorik lansia, dan sebagainya, sehingga diketahui faktor apakah yang paling dominan berhubungan dengan perilaku PHBS lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/world-health-statistic-2014/en>. diperoleh 5 November 2016.
2. Badan Pusat Statistik Samarinda. (2015).<http://samarindakota.bps.go.id>.diperoleh 5 November 2016.
3. Departemen Kesehatan RI (2006). Pembinaan kesehatan usia lanjut bagi petugas kesehatan. Jakarta
4. Tarigan. (2004). Penerapan indikator perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan rumah tangga di wilayah kerja puskesmas rantau laben Kec. Rambutan Kota Tebing Tinggi, tahun 2004. Skripsi, tidak dipublikasikan, Universitas Sumatra Utara Medan.
5. Mujahidullah, Khalid. (2012). *Keperawatan geriatrik*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
6. Febrianty. (2013). Hubungan dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada lansia di wilayah kerja puskesmas juanda samarinda. Skripsi, tidak di publikasikan. Samarinda stikes muhammadiyah.
7. Notoatmodjo, (2007). *Promosi kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
8. Mangonprasodjo, S., A., dan Hidayati , N., S., 2005. *Mengisi Hari Tua Dengan Bahagia*. Pradipta Publishing, Jakarta.
9. Suktiarti. (2013). Hubungan antara tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan dan status pekerjaan dengan motivasi lansia berkunjung ke Posyandu Lansia di Desa Dadirejo Kecamatan Tirto Kabupaten Pekalongan. Skripsi, tidak dipublikasikan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan 2013.
10. Widyatun, T.R. (2009). *Ilmu perilaku*. CV. Agung Seto. Jakarta.
11. Machfoedz. (2005). *Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan masyarakat*. Yogyakarta : Fitramaya.
12. Taufik (2007). *Prinsip-prinsip Promosi Kesehatan dalam Bidang Keperawatan*. Jakarta: CV. Info Medika.