

Hubungan keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur = The relationship between elderly gymnastic activity and elderly body balance in Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung, East Jakarta

Agnes Febriyanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20347018&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur. Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan rancangan cross sectional menggunakan 75 responden lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung yang dipilih dengan teknik purposive sampling.

Hasil uji analisis menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara keaktifan mengikuti senam lansia dengan keseimbangan tubuh lansia di PSTW Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur ($p=0,004$, $= 0,05$). Peneliti merekomendasikan supaya program senam lansia dapat diikuti oleh seluruh lansia sehingga dapat menjaga tingkat keseimbangan tubuh lansia.

This study aims to determine the relationship between elderly gymnastic activity and elderly body balance in PSTW Budi Mulia 1 Cipayung, East Jakarta. The study design is a descriptive correlation with cross sectional design using 75 respondents whom selected by purposive sampling technique.

Analysis test results showed that there is a significant correlation between the elderly gymnastic activity and elderly body balance in PSTW Budi Mulia 1 Cipayung ($p = 0.004$, $= 0,05$). Researchers recommend that elderly gymnastic program can be followed by all elderly to maintain the body's balance level of the elderly.