

ABSTRAK

Afitra Yohanda : Motivasi Lansia Terhadap Pelaksanaan Senam Lansia Di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung

Masalah dalam penelitian ini adalah belum adanya gambaran motivasi lansia terhadap pelaksanaan senam lansia di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran motivasi lansia terhadap pelaksanaan senam lansia di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian ini adalah penelitian Deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung. Sedangkan waktu penelitiannya dilaksanakan setelah proposal penelitian di seminarkan. Populasi penelitian adalah lansia yang terdaftar di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung sebanyak 48 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling, yaitu yang aktif melakukan senam lansia sebanyak 21 orang. Instrumen yang digunakan adalah angket/kuesioner.

Hasil Penelitian adalah: 1). Diperoleh gambaran motivasi lansia di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung 85.34% dengan kategori Sangat Baik. 2). Diperoleh gambaran pelaksanaan senam lansia di Puskesmas Tanjung Ampalu Nagari Limo Koto Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung 83.33% dengan kategori Sangat Baik.

Kata kunci : motivasi, senam, lansia