

HUBUNGAN AKTIFITAS OLAHRAGA DENGAN SIKAP DAN KEPUASAN HIDUP LANJUT USIA

DISERTASI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh
gelar Doktor Pendidikan Olahraga



Oleh

Sufyar Mudjiyanto
NIM 1604812

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2022**

HUBUNGAN AKTIFITAS OLAHRAGA DENGAN TINGKAT KEPUASAN HIDUP DAN SIKAP LANJUT USIA

DISERTASI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh
gelar Doktor Pendidikan Olahraga

Oleh

Sufyar Mudjiyanto
NIM 1604812

© Sufyar Mudjiyanto 2022

Universitas PendidikanIndonesia

Januari 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Disertasi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan
dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Sufyar Mudjianto

HUBUNGAN AKTIFITAS OLAHRAGA DENGAN
TINGKAT KEPUASAN HIDUP DAN SIKAP LANJUT USIA

disetujui dan disahkan oleh panitia disertasi:

Promotor



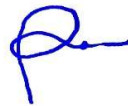
Prof. Dr. H. Nurlan Kusmaedi, M.Pd
NIP. 1953011119880031002

Kopromotor



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd
NIP. 196001191986031002

Anggota



Dr. Bambang Abdul Jabar, M.Pd
NIP. 19650909199121001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd
NIP. 196001191986031002

Pernyataan keaslian Disertasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Hubungan aktifitas olahraga dengan sikap dan kepuasan hidup lanjut usia” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Sufyar Mudjiyanto

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan Rahmat Allah SWT, Disertasi ini dapat diselesaikan. Disertasi ini penyelesaiannya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberikan kemudahan, bimbingan serta arahan, hingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini. Ucapan terima kasih dan penghargaan yang tinggi penulis sampaikan pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang setinggi tingginya kepada :


1. Bapak Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.A selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), beserta para Wakil Rektor yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk dapat belajar di SPs UPI.
2. Bapak Prof. Dr. Syihabuddin, M.Pd selaku Direktur Sekolah Pascasarjana (SPs) UPI, beserta para Wakil Direktur yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan kepada penulis selama belajar di SPs UPI sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini.
3. Bapak Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kopromotor, yang telah banyak memberikan kesempatan, pengarahan, dorongan dan bimbingan kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
4. Bapak Prof. Dr. H.Nurlan Kusmaedi, M.Pd, selaku Promotor I yang dengan penuh kesabaran telah mencurahkan perhatiannya dalam membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga Disertasi ini dapat selesai.
5. Bapak Dr. Bambang Abdul Jabar, M.Pd. Selaku Promotor anggota yang dengan penuh kesabaran telah mencurahkan perhatiannya dalam membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga Disertasi ini dapat selesai.
6. Bapak Prof. Dr. Beltasar Tarigan, M.Pd, AIFO selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberi dorongan dan semangat pada penulis untuk menyelesaikan Disertasi ini.
7. Bapak dan Ibu Pengajar SPs UPI yang telah banyak memberikan pengetahuan dan wawasan selama belajar di SPs UPI sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini

8. Bapak dan Ibu Staf Administrasi SPs UPI yang telah banyak membantu penyelesaian administrasi penulis selama kuliah dan penyelesaian disertasi ini.
9. Bapak Dekan, FPOK Wakil Dekan FPOK dan Kepala Program Studi di lingkungan FPOK beserta para rekan staf pengajar khususnya di Prodi PJKR FPOK UPI yang telah memberikan izin dan dorongan bagi penulis untuk dapat meneruskan pendidikan di SPs UPI hingga selesai.
10. Bapak Ketua KONI Kota Bandung beserta jajaran pengurus yang telah membantu dan selalu memberi semangat kepada penulis untuk menyelesaikan disertasi ini.
11. Bapak Ketua Persatuan Golf Indonesia Pengurus Cabang Kota Bandung beserta jajaran pengurus yang juga telah memberikan dorongan untuk penyelesaian disertasi ini.
12. Bapak Ketua Persatuan Golf Indonesia Pengurus Daerah Jawa Barat beserta jajaran Pengurus yang telah membantu dan mendoakan penyelesaian disertasi ini.
13. Ibu Bapak anggota komunitas Golf Kota Bandung ,Gateball Kota Bandung , Senam PGI Kota Bandung, Tenis taman Maluku Kota Bandung serta Bugar Muhajirin komplek perumahan Pasir Layung Kota Bandung yang telah menjadi sampel dalam penelitian ini.
14. Rekan-rekan mahasiswa S3 SPs UPI Program Studi Pendidikan Olahraga angkatan 2016.
15. Kedua orang tua penulis Bapak Idis (Alm) dan Ibu Djenah, Kakak dan Adik yang selalu memberi semangat.
16. Istri tercinta Agustini beserta anak tersayang Cinta Najla Syifa Rafillah dan Bima Rizky Ramadhan yang dengan penuh pengertian, kesabarannya untuk selalu memberikan do'a dan motivasinya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan studi dengan lancar.

17. Semua pihak yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas segala bantuannya dalam penyelesaian disertasi ini.

Semoga semua bantuan dan dukungan yang diberikan akan mendapatkan balasan yang lebih baik dari Allah SWT.

Bandung, Januari 2022
Penulis



Sufyar Mudjiyanto

ABSTRAK

Sufyar Mudjiyanto (1604812). Hubungan aktifitas olahraga dengan sikap dan kepuasan hidup Lanjut Usia.

Permasalahan psikososial pada lanjut usia berhubungan dengan dampak dari aktifitas olahraga yang dilakukan secara rutin (teratur dan terukur). Penulis merasa perlu mengetahui aspek yang dapat memiliki hubungan dengan aktifitas olahraga dengan sikap dan kepuasan hidup lanjut usia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara aktifitas olahraga dengan sikap dan kepuasan hidup lanjut usia. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel adalah 74 orang lanjut usia yang memenuhi kriteria penelitian dengan usia 60 tahun ke atas.

Hasil: (1). Terdapat hubungan antara aktifitas olahraga dengan sikap lanjut usia (2). Terdapat hubungan antara aktifitas olahraga dengan kepuasan hidup lanjut usia. (3) Terdapat perbedaan sikap Lanjut Usia diantara aktifitas olahraga yang di pilih. (4) Terdapat perbedaan kepuasan hidup Lanjut Usia diantara aktifitas Olahraga yang di pilih. Kesimpulan: Terdapat hubungan antara Aktifitas Olahraga dengan Tingkat Kepuasan dan Sikap lanjut usia yang terlibat dalam aktivitas olahraga.

Kata Kunci : Aktivitas Olahraga, Sikap, Kepuasan Hidup, Lanjut Usia.

ABSTRAK

Sufyar Mudjiyanto (1604812). The Relationship of Sports Activities With Life Satisfaction Levels and Elderly Attitudes.

Psychosocial problems in the elderly will be related to the activities carried out by the elderly including the impact of sports activities carried out regularly (regularly and measurably). Researchers feel the need to know aspects that can have a relationship with sports activities for the elderly with the basic need for satisfaction and older person's attitudes. The purpose of this study was to determine the relationship between sports activities with basic need satisfaction and older person's attitudes. The research method used is quantitative research with a correlational design. The sampling technique in this study was purposive sampling with the number of samples being 74 elderly people who met the research criteria with the age of 60 years and over.

Results: (1). There is a relationship between sports activities and the level of life satisfaction of the elderly (2). There is a relationship between sports activities with the attitude of the elderly. (3) There is a difference in the satisfaction level of the elderly among the selected sports activities. (4) There are differences in the attitude of the elderly among the selected sports activities. Conclusion: There is a relationship between sports activities and the level of satisfaction and attitudes of the elderly.

Keyword: Sports Activities, attitudes, basic need satisfaction in sport scale, Elderly.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1.Latar Belakang Masalah.....	1
1.2.Rumusan Masalah Penelitian	16
1.3. Tujuan Penelitian	17
1.4. Manfaat Penelitian	17
1.4.1 <i>Manfaat Teoritis</i>	17
1.4.2 <i>Manfaat Praktis</i>	18
1.5. Struktur Organisasi Disertasi.....	18
BAB II	23
KAJIAN PUSTAKA	23
2.1 Masyarakat Lanjut Usia	23
2.1.1 <i>Perlindungan Kesehatan dan Sosial Masyarakat Lanjut Usia di Indonesia</i>	27
2.2 Aktivitas Fisik Masyarakat Lanjut Usia.....	31
2.2.1 <i>Program Aktivitas Olahraga Masyarakat Lanjut Usia</i>	36
2.2.2 <i>Physical Function</i>	38
2.2.3 <i>Aktifitas olahraga dan Gender</i>	41
2.2.4 <i>Aktifitas olahraga dan Atypical Population</i>	42
2.2.5 <i>Aktifitas olahraga dan Gaya Hidup</i>	44
2.2.6 <i>Aktivitas olahraga Masyarakat Lanjut Usia di Masa COVID-19</i>	44
2.3 Basic Need Satisfaction of Sport	47
2.4 <i>Attitudes</i> Masyarakat Lanjut Usia.....	53

2.5 Penelitian Relevan	58
2.6 Kerangka Berfikir	61
2.7 Hipotesis Penelitian	63
BAB III.....	65
METODE PENELITIAN	65
3.1.Rancangan Penelitian.....	65
3.1.1.Objek Penelitian.....	65
3.1.2.Metode Penelitian	65
3.1.3.Desain Penelitian.....	66
3.2.Variabel Pengukuran.....	66
3.3.Metode Pengumpulan Data	66
3.3.1.Teknik Pengumpulan Data.....	66
3.4.Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	67
3.4.1.Populasi.....	67
3.4.2.Sampel	67
3.4.3.Teknik Sampling.....	68
3.5. Uji Instrumen Penelitian.....	68
3.5.1 Uji Validitas.....	68
3.6 Analisis Data	74
3.6.1 Analisis Data Deskriptif.....	74
3.6.2.Analisis Data Verifikatif.....	75
3.6.3.Uji Asumsi Normalitas.....	76
3.6.4 Uji Asumsi Homogenitas.....	76
3.6.5 Analisis Korelasi	76
3.6.7 Uji Hipotesis.....	77
BAB IV.....	79
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	79
4.1.Temuan.....	79
4.1.1.Pemaparan Data	79
4.1.2.Perolehan Persentase Kepuasan Hidup (BNSS).....	82
4.1.3.Perolehan Persentase Sikap (OPAPAEQ).....	87
4.1.4.Distribusi Kategori Kepuasan Hidup (BNSS) Lanjut Usia.....	91
4.1.5.Distribusi Kategori Sikap (OPAPAEQ) Lanjut Usia.....	92

<i>4.1.6. Uji Asumsi Statistik</i>	93
<i>4.1.7. Uji LSD</i>	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
4.2. Pembahasan	99
<i>4.2.1. Temuan Kepuasan Hidup (BNSS) Lanjut Usia Melalui Aktivitas Olahraga</i>	100
<i>4.2.2. Temuan Sikap (OPAPAE) Lanjut Usia Melalui Aktivitas olahraga</i>	105
<i>4.2.3. Hubungan Positif Masyarakat Lanjut Usia Melalui Aktivitas olahraga</i>	108
BAB V KESIMPULAN.....	112
DAFTAR PUSTAKA	122

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 1.1. Presentase Penduduk Usia 65 Tahun Ke Atas	4
GAMBAR 1.2. Piramida Penduduk Indonesia Tahun 1971, 2000 dan 2019	6
GAMBAR 1.3. Distribusi Penduduk Lansia 2019.	7
GAMBAR 1.4. Lima Provinsi dengan Struktur Penduduk Tua di Indonesia 2019	9
GAMBAR 1.5. Rasio ketergantungan Penduduk Lansia 2010-2019	10
GAMBAR 2.1. Prediksi Presentase Populasi Usia > 60 2020-2050	20
GAMBAR 2.2. Skema Perlindungan Sosial Lansia di Indonesia	26
GAMBAR 2.3. Komponen Utama Determinisme Timbal Balik	45
GAMBAR 2.4. Intergrasi Organisme	47
GAMBAR 2.5. Psychological Need Satisfaction dan Self Determined Motivation	48
GAMBAR 4.1. Hubungan Need Support Determined Motivation dan Pelaku	50
GAMBAR 4.2. Perolehan Presentase BNSS Kelompok Golf	81
GAMBAR 4.3. Perolehan Presentase BNSS Kelompok Gateball	82
GAMBAR 4.4. presentase BNSS Kelompok Senam	83
GAMBAR 4.5. Presentase BNSS Kelompok Bugar Muhajirin	84
GAMBAR 4.6. Presentase BNSS Kelompok Tenis Lapangan	85
GAMBAR 4.7. Presentase OPAPAEQ Kelompok Golf	86
GAMBAR 4.8. Presentase OPAPAEQ Kelompok Gateball	87
GAMBAR 4.9. Presentase OPAPAEQ Kelompok Senam	88
GAMBAR 4.10. Presentase OPAPAEQ Kelompok Bugar Muhajirin	89
GAMBAR 4.11. Presentase OPAPAEQ Kelompok Tenis Lapangan	90
GAMBAR 4.12. Distribusi Katagori BNSS Masyarakat Lanjut Usia	91
GAMBAR 23. Distribusi OPAPAEQ Masyarakat Lanjut Usia	92
GAMBAR 24. Hasil Uji LSD BNSS	100
GAMBAR 25. Hasil Uji LSD OPAPAEQ	101
GAMBAR 26. Hasil Uji LSD OPAPAEQ	102

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Presentase Penduduk Lansia menurut Kelompok Umur tahun 2019.....	8
Tabel 2.1 Aktifitas Fisik Masyarakat Lanjut.....	31
Tabel 3. Variable Pengukuran	65
Tabel 4. Perolehan Rata-Rata dan Simpangan Baku (BNSS)	79
Tabel 5. Perolehan Rata-Rata Simpangan Baku (OPAPAEQ)	80
Tabel 6. Uji Normalitas BNSS	93
Tabel 7. Uji Normalitas OPAPAEQ	94
Tabel 8. Uji Homogenitas BNSS.....	95
Tabel 9. Uji Homogenitas OPAPAEQ	96
Tabel 10. Hasil Uji Rata-Rata BNSS (Anova).....	97
Tabel 11. Hasil Uji Rata-Rata OPAPAEQ (Anova)	98
Tabel 12. Hasil Uji LSD (BNSS)	99