

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul Penerapan Program Gerakan Kesehatan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) pada Lansia dengan Penyakit Degeneratif di Desa Luwoo Kecamatan Talaga Jaya Kab.Gorontalo

Oleh

Nurfatwa Islaminingtia Abdullah Ilham

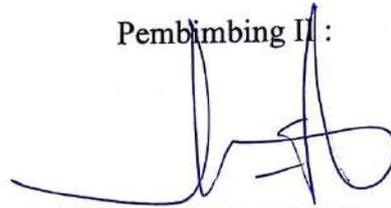
841414057

Pembimbing I :



DR.Hj. Rosmin Ilham, S.kep,Ns,MM  
NIP : 19631126 198703 2 004

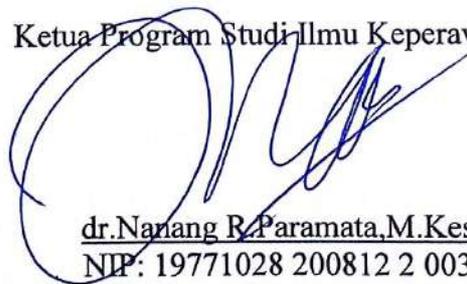
Pembimbing II :



dr. Muhamad Nur Syukriani Yusuf, M.Med.Ed  
NIP : 19761012 201012 1 002

Mengetahui:

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan



dr.Narang R.Paramata,M.Kes  
NIP: 19771028 200812 2 003

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENERAPAN PROGRAM GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT  
(GERMAS) PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT DEGENERATIF DI DESA  
LUWOO KECAMATAN TALAGA JAYA KABUPATEN GORONTALO**

Oleh Nurfatwa Islaminingtia A. Ilham

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Hari/Tanggal : Rabu, 11 Juli 2018

Waktu : 11.00 WITA

- |   |        |
|---|--------|
| 1. <u>DR.Hj. Rosmin Ilham, S.kep, Ns, MM</u><br>NIP: 19631126198703 2 004           | 1..... |
| 2. <u>dr. Muhamad Nur Syukriani Yusuf, M.Med, Ed</u><br>NIP : 19761012 201012 1 002 | 2..... |
| 3. <u>dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes</u><br>NIP : 19740106 200604 2 001               | 3..... |
| 4. <u>Ita Sulistiani Basir, S.Kep., Ns., M.Kep</u><br>NUPN: 9900981044              | 4..... |

Gorontalo, Juli 2018

Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes  
NIP: 195901101986032003

## ABSTRAK

**Nurfatwa Islaminingtia A.Ilham. 2018.** *Penerapan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) pada Lansia dengan Penyakit Degeneratif di Desa Luwoo Kecamatan Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo.* Skripsi, Jurusan Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I DR.Hj.Rosmin Ilham, S.Kep, Ns, MM, Pembimbing II dr Muhamad Nur Syukriani Yusuf, M.Med.Ed

Germas merupakan program pemerintah Indonesia untuk meningkatkan kualitas hidup. Germas adalah suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan, dan kemampuan dalam berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Penerapan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) pada Lansia dengan Penyakit Degeneratif di Desa Luwoo Kecamatan Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional yang dianalisis secara deskriptif. Populasi sebanyak 191 orang, dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian sejumlah 108 orang yaitu lansia yang mengikuti pencaanangan program germas pertama kali dan memiliki penyakit degeneratif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan program germas yaitu Melakukan Aktivitas fisik sebesar 81,5%, Mengkonsumsi buah dan Sayur 97,2 % dan Melakukan Pemeriksaan Kesehatan secara Rutin 96,3%. Dan penyakit degeneratif yang paling banyak di derita oleh Lansia di Desa Luwoo adalah Hipertensi sebanyak 54,6%.

Kesimpulan penilitian adalah penerapan program germas di Desa Luwoo Kecamatan Talaga Jaya semuanya dalam ketegori baik.

**Kata Kunci :** *Germas, penyakit, degeneratif, Lansia.*

**Daftar Pustaka:** 59 Referensi (2008-2018).

## ABSTRACT

**Nurfatwa Islaminingtia A. Ilham, 2018.** *The Implementation of Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas or Healthy Lifestyle Movement) at Elderly with Degenerative Disease in Luwoo Village, Talaga Jaya Sub-district, Gorontalo District.* Skripsi. Department of Nursing, Faculty of Health and Sport, State University of Gorontalo. The principal supervisor is DR. Hj. Rosmin Ilham, S.Kep. Ns, MM, and the co-supervisor is Dr. Muhamad Nur Syukriani Yusuf, M.Med.Ed.

*Germas* is Indonesian government program concerning on improving life quality. It is a systematic and planned action performing simultaneously by all nation elements along with awareness, willingness and ability to live healthily for the sake of improvement of life quality. The research aimed to investigate the implementation of *Germas* in elderly with degenerative disease in Luwoo Village, Talaga Jaya Sub-district, Gorontalo District.

The research employed observational design and descriptive analysis. Its population was 191 people while its samples were 108 people selected through purposive sampling and they were elderly that follow *germas* program for first time and suffer degenerative disease.

The research findings revealed that the implementation of *germas* program reflected in following activities: 81,5% samples did physical activity, 97,2% samples consumed fruit and vegetables, and 96,3% samples checked their health routinely. Also, the most degenerative disease suffered by elderly in Luwoo village was hypertension that reaching 54,6%.

To conclude, the implementation of *germas* program in Luwoo village, Talaga Jaya Sub-district was in a good category.

**Keywords: Germas, disease, degenerative, Elderly**

**Bibliographies: 59 references (2008-2018)**