

ABSTRAK

Kurangnya minat berolahraga pada lansia di Desa Sidowungu RT 25 RW 06 merupakan salah satu penyebab yang dapat memperburuk kondisi kesehatan para lansia, sehingga para lansia mudah terserang berbagai jenis penyakit. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran minat berolahraga bagi lansia di RT 25 RW 06 kelurahan sidowungu kecamatan menganti kabupaten gresik.

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini seluruh lansia yang ada di RT 25 RW 06 kelurahan sidowungu Kecamatan menganti kabupaten gresik sebanyak 30 responden, besar sampel 30 responden dengan menggunakan tehnik *non probability* sampling dengan teknik *total sampling*. Variabelnya adalah minat berolahraga pada lansia. Pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner, pengolahan data secara *editing, coding, scoring* dan dianalisis dengan cara tabel distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setengahnya responden 15 (50%) mempunyai minat berolahraga yang rendah.

Disimpulkan bahwa minat berolahraga yang kurang pada lansia adalah semakin rendah minat lansia berolahraga, semakin rendah pula pendidikannya, sehingga petugas kesehatan mempunyai peranan penting untuk memberikan motivasi tentang pentingnya berolahraga.

Kata kunci : Minat, Olahraga, lansia