

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN
JALAN DENGAN RESIKO JATUH PADA LANJUT USIA**



SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Tugas-Tugas Dan
Persyaratan Akhir Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana Fisioterapi**

Diajukan Oleh

Frista Yuanita Utami

NIM J120141007

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN JALAN
DENGAN RESIKO JATUH PADA LANJUT USIA**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Frista Yuanita Utami

J120141007

Pembimbing I

Pembimbing II


Umi Budi Rahayu, S.Ft. S.Pd. M. Kes


Dwi Rosella Komalasari, S.Fis, M.Fis

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN JALAN DENGAN RESIKO JATUH PADA LANJUT USIA, telah dipertahankan, dikoreksi dan disetujui didepan penguji. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Fisioterapi di Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, ... 5 Juni 2015

Menyetujui,

TIM PENGUJI SKRIPSI

Penguji

Tanda Tangan

1. Umi Budi Rahayu, S.Ft. S.Pd. M. Kes
2. Sugiono, S.Fis. M.H.Kes
3. Wahyuni, S. Fis, SKM, M.Kes





Mengetahui,

Dekan FIK UMS



(Dr. Suwadi, M.Kes)

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Frista Yuanita Utami

NIM : J120141007

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : Sarjana Fisioterapi

Judul Skripsi : “Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Kecepatan Jalan Dengan
Resiko Jatuh Pada Lanjut Usia”

Menyatakan bahwa Skripsi tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian atau keseluruhan, kecuali dalam bentuk yang telah disebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini dibuat sebenar-benarnya, dan apabila tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Surakarta, 5 Juni 2015

Penulis



Frista Yuanita Utami

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

Allah SWT

Kedua orang tua ku Bapak Suharyanto, Ibu Muhari

Gigih Fajar Hadmoko

Kakak Kakak ku Doddy Yunanto, Septariana Tri Handoko

Seluruh keluarga tercinta

Pembaca yang budiman

Almamaterku

MOTTO

Kesuksesan BESAR itu milik mereka yang menyandarkan kepada yang MAHA BESAR (Solikhin Abu Izzudin).

Allah tidak akan membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kesanggupannya (Al-Baqarah ; 286)

Lakukan kebaikan maka kebaikan akan kembali pada mu

Big is powerfull, medium is wonderfull, small is beautifull (Solikhin Abu Izzudin).

Berpikirlah lebih cepat daripada orang biasa, bekerjalah sebelum orang lain bekerja, beraktivitaslah lebih lama daripada orang biasa, mengurangi jam-jam santainya, menyedikitkan waktu tidurnya, memberdayakan semuanya (Solikhin Abu Izzudin).

Menjadi penting itu baik, tetapi menjadi baik itu lebih penting (Solikhin Abu Izzudin).

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Kecepatan Jalan dengan Resiko Jatuh pada Lanjut Usia”. Skripsi ini disusun sebagai tugas akhir dan melengkapi syarat untuk menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini, tidak lepas dari bantuan moril maupun materil dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini, yakni :

1. Prof. Bambang Setiaji selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Suwadi, M.Kes selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Isnaeni Herawati, S.Fis, S.Pd, M.Sc selaku ka.Progdi fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Umi Budi Rahayu, S.Ft. S.Pd. M. Kesselaku pembimbing 1 dalam penyusunan Proposal Skripsi ini.
5. Ibu Dwi Rosella Komalasari, S.Fis, M. Fisselaku pembimbing 2 dalam penyusunan Proposal Skripsi ini.

6. Seluruh Dosen Pengajar dan Pengurus Perpustakaan dan Staf Universitas Muhammadiyah Surakartayang telah memberikan bantuan demi terselesainya penyusunan Proposal Skripsi ini.
7. Bapak, Ibu ku yang telah memberikan segalanya yang tak mungkin dibalas dengan apapun serta kakak-kakak ku.
8. Rekan-rekan mahasiswa fisioterapi transfer yang telah menemani dalam suka dan duka.
9. Segenap pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan, sehingga dapat memberikan manfaat dan pengetahuan bagi fisioterapi khususnya dan tenaga medis pada umumnya.

Surakarta, Mei 2015

Penulis

HALAMAN RINGKASAN
(Frista Yuanita Utami, 2015, 45 Halaman)

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN JALAN
DENGAN RESIKO JATUH PADA LANSIA**

Jumlah lanjut usia (lansia) dari tahun ke tahun di Indonesia cenderung meningkat dari tahun ke tahun, hal ini mendapat perhatian dari pemerintah yang ingin meningkatkan kualitas hidup lansia. Kualitas hidup lansia dicapai dengan pencegahan masalah yang akan terjadi pada lansia. Jatuh merupakan salah satu problem yang dihadapi lansia. Saat lansia jatuh akan terjadi penurunan kemandirian lansia, sehingga perlu usaha pencegahan jatuh dengan mengidentifikasi resiko jatuh pada lansia. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan IMT dan kecepatan jalan dengan resiko jatuh pada lansia.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan tanggal 18 Januari 2015, di Perkumpulan Pengajian Minggu Pahing Desa Tegal, Wironanggan, Gatak, Sukoharjo. Populasi penelitian ini lansia anggota Perkumpulan Pengajian Minggu Pahing, yang berjumlah 98 lansia. Teknik pengambilan sample pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sample pada penelitian ini berjumlah 67 lansia.

Berdasarkan hasil uji hubungan menggunakan spearman rho antara IMT dengan resiko jatuh didapatkan nilai $p = 0,104$ ($p > 0,05$), dan nilai $r = 0,200$ ($r = 0,200$) yang berarti tidak ada hubungan IMT dengan resiko jatuh dengan kekuatan hubungan, uji hubungan kecepatan jalan dan resiko jatuh didapatkan nilai $p = 0,123$ ($p > 0,05$) dan $r = 0,190$ ($r = 0,190$) yang berarti tidak ada hubungan kecepatan jalan dengan resiko jatuh dengan kekuatan hubungan sangat rendah.

ABSTRAK

**PROGRAM STUDI S1 TRANSFER FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
Skripsi, Mei 2015
45 Halaman**

FRISTA YUANITA UTAMI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN JALAN
DENGAN RESIKO JATUH PADA LANSIA**

**(Dibimbing Oleh : Umi Budi Rahayu, SST. Ft. S.Pd. M. Kes , dan Dwi
Rosella Komalasari, M. Fis)**

Jumlah lansia di Indonesia semakin bertambah. Proses penuaan yang terjadi pada lansia akan diikuti oleh beberapa kemunduran yang ada pada tubuh lansia. Kemunduran tersebut bisa terjadi karena kekuatan, fleksibilitas, dan keseimbangan. Sisi kemunduran yang paling mudah dilihat adalah kemunduran fisik seperti penurunan kekuatan otot pada ekstremitas. Hal tersebut mempengaruhi keseimbangan pada lansia dan mencetuskan timbulnya jatuh. Jumlah sample pada penelitian ini sebanyak 67 lansia, pengambilan sample dengan *random sampling*. IMT diukur dengan parameter berat badan dan tinggi badan, kecepatan jalan diukur dengan parameter jarak dan waktu, resiko jauh diukur dengan Berg Balance Scale. Rancangan penelitian ini adalah observasional dengan kajian cross sectional. Analisis data dengan Spearman Rho karena skala data kategorik.

Berdasarkan hasil uji hubungan antara IMT dengan resiko jatuh didapatkan nilai $p = 0,104$ ($p > 0,05$), dan nilai $r = 0,200$ ($r = 0,200$) yang berarti tidak ada hubungan IMT dengan resiko jatuh dengan kekuatan hubungan, uji hubungan kecepatan jalan dan resiko jatuh didapatkan nilai $p = 0,123$ ($p > 0,05$) dan $r = 0,190$ ($r = 0,190$) yang berarti tidak ada hubungan kecepatan jalan dengan resiko jatuh dengan kekuatan hubungan sangat rendah. Semoga penelitian ini dapat berlanjut dan dapat berguna bagi peneliti, tenaga medis, maupun masyarakat umum.

Kata kunci: Lansia, IMT, Kecepatan Jalan, Resiko Jatuh

ABSTRACT

**PROGRAM STUDI S1 TRANSFER FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
Skripsi, Mei 2015
45 Halaman**

**FRISTA YUANITA UTAMI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KECEPATAN JALAN
DENGAN RESIKO JATUH PADA LANSIA
(Dibimbing Oleh : Umi Budi Rahayu, SST. Ft. S.Pd. M. Kes , dan Dwi Rosella
Komalasari, M. Fis)**

The number of older people in Indonesia was growing. Aging in older people to be followed some degeneration. The degeneration happened in strength, flexibility and balance. The degeneration can be easily seen as physical degeneration such as reducing muscle strength in extremity. It caused effect in balancing in older people and caused risk of fall. Number of samples at this research 67 samples, way of sampling applies method *random sampling*. BMI was measured using body weight and height, gait speed was measured using time and distance, risk fall was measured using Berg Balance Scale. Research design at this research is observational research with cross sectional. The analysis this research is Spearman Rho because the data using categorical scale.

Based on correlation test between BMI and risk fall obtained $p = 0,104$ ($p > 0,05$) and coefficient correlation $r = 0,200$ ($r = 0,200$) which mean there is no relationship between BMI and risk fall and strength of correlation is small. Correlation test between gait speed and risk fall obtained $p = 0,123$ ($p > 0,05$) and coefficient correlation $r = 0,190$ ($r = 0,190$) which mean there is no relationship gait speed and risk fall and strength of correlation is very small. Hopefully this research can continue and earns good for researcher, medical energy, and or common public.

Keyword: older people, BMI, gait speed, risk fall

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SIDANG.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN RINGKASAN	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR DIAGRAM.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Permasalahan.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penulisan	4
D. Manfaat Penulisan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Landasan Teori.....	5
1. Lanjut Usia	5
a. Definisi dan batasan lanjut usia	5
b. Perubahan fisiologis lanjut usia	5
2. Resiko Jatuh.....	7
a. Faktor resiko jatuh.....	7
b. Pengukuran resiko jatuh	9
3. Indeks Massa Tubuh	10
4. Kecepatan Jalan	11
B. Kerangka Pikir	13
C. Kerangka Konsep	14
D. Hipotesa	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	15
A. Jenis Penelitian.....	15
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	15
C. Populasi dan Sampel	16
1. Populasi.....	16
2. Sample	16

D. Variable	17
E. Definisi Konseptual.....	17
1. Indeks Massa Tubuh	17
2. Kecepatan Jalan.....	17
3. Resiko Jatuh	17
F. Definisi Operasional.....	18
1. Indeks Massa Tubuh.....	18
2. Kecepatan Jalan.....	18
3. Resiko Jatuh	19
G. Jalannya Penelitian.....	19
H. Teknik Analisis Data	21
1. Analisis Deskriptif.....	21
2. Analisis Analitik.....	22
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	23
A. Gambaran Umum	23
B. Hasil Penelitian	23
1. Analisis Deskriptif.....	23
a. Variable Kategorikal.....	23
b. Variable Numberik	27
2. Analisis Analitik.....	28
C. Pembahasan	29
1. Deskripsi dan Responden.....	29
2. Analisis Analitik Hubungan.....	33
a. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Resiko Jatuh	33
b. Hubungan Kecepatan Jalan dengan Resiko Jatuh	36
D. Keterbatasan Penelitian	37
BAB V PENUTUP	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Daftar Gambar 2.1 Sirkus berjalan	12

DAFTAR TABLE

	Halaman
Daftar Table 4.1 Karakteristik Subyek Berdasarkan Usia	24
Daftar Table 4.2 Karakteristik Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	24
Daftar Table 4.3 Karakteristik IMT dengan Jenis Kelamin	25
Daftar Table 4.4 Karakteristik Kecepatan Jalan dengan Usia.....	26
Daftar Table 4.5 Karakteristik Resiko Jatuh dengan Usia	26
Daftar Table 4.6 Karakteristik IMT dengan Resiko Jatuh	26
Daftar Table 4.7 Karakteristik Kecepatan Jalan dengan Resiko Jatuh	27
Daftar Table 4.8 Karakteristik Subyek Berdasarkan Pengukuran Numerik	27
Daftar Tabel 4.9 Korelasi Resiko Jatuh dengan IMT dan Kecepatan Jalan	28

DAFTAR DIAGRAM

	Halaman
Daftar Diagram 4.1 Karakteristik Subyek Berdasarkan Usia.....	29
Daftar Diagram 4.2 Karakteristik Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Resiko Jatuh	29
Daftar Diagram 4.3 Karakteristik IMT dengan Jenis Kelamin	30
Daftar Diagram 4.4 Karakteristik Kecepatan Jalan dengan Usia	31
Daftar Diagram 4.5 Karakteristik Resiko Jatuh dengan Usia	32
Daftar Diagram 4.6 Karakteristik IMT dengan Resiko Jatuh	35
Daftar Diagram 4.7 Karakteristik Kecepatan Jalan dengan Resiko Jatuh	37

DAFTAR LAMPIRAN

A. DAFTAR RIWAYAT HIDUP

B. DATA PENELITIAN

1. Jalannya Penelitian
2. Quesioner
3. Hasil SPSS

C. DOKUMENTASI

D. SURAT KETERANGAN

1. Surat Permohonan Ijin Penelitian
2. Surat Bukti Keterangan Penelitian

Surat Pernyataan Menjadi Responden