

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KESEIMBANGAN DINAMIS PADA LANJUT USIA

Aisia Hafza

Abstrak

Latar Belakang : Penuaan adalah proses hilangnya secara jaringan secara bertahap untuk memperbaiki, mengganti, dan memelihara struktur dan fungsi yang diperlukan untuk bebas dari penyakit, Seiring meningkatnya usia akan terjadi peralihann Indeks Massa Tubuh yang dikarenakan penyakit yang diderita atau karna asupan energi yang masuk kedalam tubuh lebih banyak dibanding energi yang dikeluarkan seperti jarang berolahraga sehingga kalori yang ada diubah menjadi lemak yang mengakibatkan Indeks Massa Tubuh menjadi tidak normal. Tujuan dari Penelitian digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh terhadap keseimbangan dinamis pada lanjut usia. **Desain :** Study Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah cross sectional dengan desain deskriptif korelatif. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah lansia yang berada di Yayasan Kalimatunsawa Indonesia yang terletak di Bekasi dengan jumlah 48 orang. Sedangkan parameter yang digunakan adalah Indeks Massa Tubuh untuk mengukur keadaan tubuh apakah tergolong berat badan tidak berlebih atau berat badan belebih, lalu menggunakan time up and go test untuk mengukur keseimbangan dinamis. **Hasil:** Penelitian ini menggunakan SPSS 25 didapatkan hasil corretaion coefficient dengan menggunakan uji spearman's rho dengan nilai time up and go $p=1$ dan nilai indeks massa tubuh adalah $p= -0,152$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan keseimbangan dinamis pada lanjut usia.

Kata Kunci : Lanjut Usia, Indeks Massa Tubuh, Keseimbangan Dinamis, *Time up and go*

RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX WITH DYNAMIC BALANCE IN ELDERLY

Aisia Hafza

Abstract

Background: Elderly is a process of slowly disappearing the ability of tissues to repair, replace, maintain proper structure and function so they do not survive a disease. As people age, their will be changes in body mass index due to illness or because of energy intake that enters the body. The body's spends more than their energy expended such as rarely exercise so that the calories are converted in to fat wich cause the body mass index to be came ubnormal. This studie aims to determine whetheir there is a realitionship between body mass index and dynamic balance in elderly. **Design** of the final scientivic papper study is cross sectional with descriptive correlative design. The sample used in this study where the elderly in Kalimatunsawa Indonesia Foundation located in Bekasi with a total of 48 people while the parameters used are body mass index to measure the condition of the body whether its classified as not overweight or overweight, then using the time up and go test to measure dynamic balance, **Result:** this study used SPSS 25, the correlation coefficient was obtained using the spearman's rho test with time up and go value of $p=1$ and body mass index value of $p= -0,152$. Besed on these result, it can be concluded that there is no significan relationship between body mass index and dynamic balance in elderly.

Keywords: Elderly, Body mass index, Dynamic balance, Time up and go