



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KESEIMBANGAN
DINAMIS PADA LANJUT USIA**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

AISIA HAFZA

1810702014

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2021



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KESEIMBANGAN
DINAMIS PADA LANJUT USIA**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

**Diajukan Sebagai Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Kesehatan**

AISIA HAFZA

1810702014

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FIAIOTERAPI PRGRAMDIPLOMA TIGA

2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Aisia Hafza

NIM :1810702014

Tanggal : 14 Juli 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 14 Juli 2021

Yang Menyatakan,



(Aisia Hafza)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aisia Hafza

NIM : 1810702014

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Keseimbangan Dinamis pada Lanjut Usia”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 14 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Aisia Hafza)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Aisia Hafza
NIM : 1810702014
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Keseimbangan Dinamis pada Lanjut Usia

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft, M.Erg
Ketua Penguji



Farahdina Bachtiar, S.Ft, Physio, M.Sc
Penguji

Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis
Penguji II (Pembimbing)

Agustivawan, SST.FT, M.Fis, Ftr
Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 21 Juli 2021

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 wick 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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Hubungan Indeks Masa Tubuh Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Lanjut Usia” tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan sehingga proposal penelitian ini dapat selesai.

Ucapan terima kasih ini penulis tunjukan kepada:

- a. Bapak Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis selaku dosen yang telah mendidik selama perkuliahan serta membimbing sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini
- b. Ibu dan bapak dosen yang telah mendidik penulis selama masa perkuliahan sehingga penulis dapat memperoleh ilmu yang bermanfaat.
- c. Bapa Jajuli dan Mama Puri yang telah memberikan moral, materi dan doa selama penulis kuliah sampai pada saat pembuatan proposal penelitian ini.
- d. Adikku Zainu yang telah memberikan dukungan sehingga penulis sampai pada titik penyusunan proposal penelitian.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih banyak kekurangan meskipun penulis sudah berupaya menyelesaikan proposal penelitian ini dengan sebaik mungkin. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang mengembangkan dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan yang terdapat dalam penyusunan proposal penelitian ini. Akhir kata, penulis berharap proposal penelitian ini berguna bagi para pembaca.

Jakarta, April 2021

Aisia Hafza

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Identifikasi Masalah.....	2
I.3 Rumusan Masalah Penulisan	2
I.4 Tujuan penulisan.....	2
I.5 Manfaat Penulisan.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
II.1 Pengertian Lansia (Lanjut Usia.....	4
II.2 Pengertian Indeks Massa Tubuh	8
II.3 Keseimbangan Dinamis	10
II.4 Alat Ukur Untuk Keseimbangan Dinamis	12
II.5 Hubungan antara IMT terhadap Keseimbangan Dinamis pada Lanjut Usia	12
II.6 Kerangka Berfikir	13
II.7 Kerangka Konsep.....	14
II.8 Hipotesa:	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
III.1 Metode Penelitian	15
III.2 Tempat dan waktu Penelitian	15
III.3 Penentu Sumber Data.....	15
III.4 Teknik Pengambilan Sampel	16
III.5 Instrumen Penelitian	21
III.6 Prosedur Pengambilan Data	22
III.7 Rencana Pengolahan dan Analisis Data.....	23
BAB IV HASIL PENELITIAN	24
IV.1 Uji <i>Univariat</i>	24
IV.2 Uji <i>Bivariate</i>	27
BAB V PEMBAHASAN	29

V.1	Kondisi Subjek Penelitian.....	29
V.2	Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Keseimbangan Dinamis.....	30
V.3	Kendala Penelitian	32
BAB VI PENUTUP		34
VI. 1	Kesimpulan	34
DAFTAR PUSTAKA		35
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi IMT	9
Tabel 2	Variabel Bebas	17
Tabel 3	Variabel Terikat.....	19
Tabel 4	Karakteristik Subjek Penelitian (Jenis Kelamin, Usia dan IMT).....	25
Tabel 5	Karakteristik Variabel Independen Indeks Massa Tubuh	26
Tabel 6	Karakteristik Variabel Dependen Keseimbangan Dinamis.....	26
Tabel 7	Uji Normalitas Indeks Massa Tubuh dan Time up and Go test	27
Tabel 8	Uji Analisis Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Time up and Go test	28

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Berfikir.....	13
Skema 2	Kerangka Konsep.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Informed Consent
- Lampiran 2 Ethical Approval
- Lampiran 3 Hasil Uji SPSS
- Lampiran 4 Dokumentasi
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
- Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin