

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1 Latar Belakang**

Lansia merupakan orang yang berusia 60 tahun atau lebih dan mengalami gangguan fungsi secara fisik. Lansia akan melalui proses penuaan yang berdampak dalam perubahan struktur tubuh. Dalam hal ini, berkaitan menggunakan perubahan sistem muskuloskeletal yaitu menggunakan penurunan kekuatan otot. Penurunan kekuatan otot akan dimulai dalam usia 40 tahun dan proses penurunannya akan lebih cepat sehabis usia 75 tahun (Chattalia et al., 2020). Lansia adalah suatu tahapan proses kehidupan yang ditandai menggunakan penurunan alamiah atau fisiologis dalam kemampuan banyak sekali organ, fungsi dan sistem tubuh. Perubahan fisiologis sistem saraf adalah bagian berdasarkan proses penuaan dalam lansia. Penurunan fungsi otak atau penurunan kognitif adalah keliru satu perubahan yan terjadi dalam sistem saraf (Putu, 2019).

Perubahan dari kemampuan menjaga keseimbangan tersebut yang menyebabkan perubahan pola pergerakan dalam melakukan kegiatan aktivitas sehari-hari, seperti aktivitas berjalan. Penurunan keseimbangan pada lansia akan memperlihatkan aktivitas berjalan dengan kecepatan yang lebih lambat (Lescher, 2014).

Orang tua yang telah mengalami penuaan disebut manula. Kesehatan lansia harus diperhatikan karena berdampak besar terhadap penuaan, lansia banyak mengalami perubahan struktur dan fungsi fisik, psikologi, dan psikologi sosial. Salah satu hal yang berdampak besar bagi kesehatan lansia adalah kebugaran jasmani. Dengan adanya perubahan lansia, maka kebugaran fisik lansia cenderung menurun. Salah satu komponen kebugaran jasmani berkaitan menggunakan keterampilan motorik yaitu kecepatan. Gaya berjalan lansia sudah berubah, terutama kecepatan. Pengukuran kecepatan berjalan lansia adalah satu cara buat menilai dan memantau status fungsional & kesehatan generik lansia. (Gede, 2021)

Salah satu gerak tubuh yang dilakukan manusia setiap harinya adalah berjalan. Berjalan merupakan gerak lokomosi yang dapat melibatkan 2 kaki, untuk

mendukung propulsi memakai dengan salah satu kaki interaksi atau bersentuhan dengan tanah. Berjalan meskipun terlihat sederhana namun melibatkan banyak sekali mekanisme yang bisa menyebabkan gerak kompleks. Gaya berjalan merupakan hasil integrasi antara tulang, sistem saraf (sistem saraf pusat dan perifer), otot, dan factor lingkungan (sepatu, permukaan tempat pijakan) (Nugroho, 2017).

Kecepatan berjalan dihitung dari ritme langkah dan panjang langkah. Panjang langkah kaki kiri dan kaki kanan dihitung dari jarak antara posisi interaksi dari satu kaki dan posisi interaksi dari kaki yang berlawanan, kemudian dihitung sejenis-sejenis panjang langkah kaki kiri dan kaki kanan. Selanjutnya, rasio panjang langkah dan tinggi badan dan panjang langkah dan panjang lower-limb dihitung membandingkan panjang langkah memakai tinggi badan dan pula panjang langkah memakai panjang lower-limb, secara berurutan (Afiah, n.d.).

Berdasarkan dalam latar belakang di atas, penulis tertarik buat meneliti mengenai gambaran pada tujuan mengetahui kecepatan berjalan pada lansia yang berada di Villa Balaraja sehingga diharapkan hal tersebut dapat memberikan informasi kepada pembaca tentang gambaran kecepatan berjalan pada lansia di Villa Balaraja.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Menurut latar belakang di atas, penulis sangat menarik peneliti untuk melakukan yang berjudul "Gambaran Kecepatan Berjalan pada Lansia di Villa Balaraja?"

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum ialah gambaran kecepatan berjalan pada lansia di Villa Balaraja untuk mengetahui

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden penelitian.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kecepatan berjalan pada lansia.

Ria Puspita Dewi, 2021

*Gambaran Kecepatan Berjalan pada Lansia di Villa Balaraja*

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga  
[www.upnvj.ac.id – www.library.ac.id – www.repository.ac.id]

- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi jarak yang ditempuh lansia dalam gait parameter.

#### **I.4 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian, penulis sangat berharap dapat bermanfaat bagi:

- a. Bagi Mahasiswa

Berguna menambah kemampuan pengetahuan, menganalisa serta bisa mengambil satu kesimpulan masalah, dan meningkatkan pemahaman pengetahuan mahasiswa dalam penelitian adanya gambaran kecepatan berjalan pada lansia.

- b. Bagi Masyarakat

Bisa menyebarluaskan informasi kepada seluruh warga masyarakat yang sangat luas dalam pengaruh kecepatan berjalan pada lanjut usia dan serta bisa menyebarluaskan informasi kepada seluruh peran fisioterapis terhadap pengaruh kecepatan berjalan pada lanjut usia di seluruh masyarakat.

- c. Bagi Institusi

Berguna dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemampuan dalam mempelajari, menganalisa dan mengambil suatu kesimpulan dari gambaran kecepatan berjalan pada lansia.