

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan tingkat disabilitas berdasarkan *Oswestry Disability Index* (ODI) pada lansia penderita Low Back Pain (LBP) di Posbindu Komplek Marinir Depok, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan tingkat disabilitas fungsional berdasarkan *Oswestry Disability Index* (ODI) pada lansia dengan *Low Back Pain*. Uji korelasi Spearman Rank menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,089 dengan nilai signifikansi 0,416, sehingga secara statistik peningkatan IMT tidak berkaitan secara bermakna dengan peningkatan tingkat disabilitas fungsional.
- b. Karakteristik responden penelitian didominasi oleh lansia perempuan dengan rata-rata usia 66,44 tahun. Rata-rata nilai IMT responden adalah 25,91 kg/m² yang termasuk dalam kategori *overweight* berdasarkan klasifikasi WHO untuk populasi Asia, dengan lebih dari setengah responden berada pada kategori obesitas.
- c. Mayoritas responden mengalami disabilitas minimal berdasarkan skor ODI, yang menunjukkan bahwa meskipun responden mengalami *Low Back Pain*, sebagian besar masih memiliki kemampuan fungsional yang relatif baik dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.
- d. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa IMT sebagai indikator antropometri tunggal belum dapat digunakan sebagai prediktor yang kuat terhadap tingkat disabilitas fungsional pada lansia dengan Low Back Pain, terutama pada populasi lansia yang masih aktif mengikuti kegiatan komunitas.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

a. Perluasan jumlah dan karakteristik sampel

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta variasi karakteristik responden yang lebih luas, khususnya lansia dengan tingkat disabilitas sedang hingga berat. Hal ini penting untuk memperoleh gambaran hubungan IMT dan disabilitas fungsional yang lebih representatif pada populasi lansia dengan *Low Back Pain*.

b. Penambahan variabel yang berpotensi memengaruhi disabilitas

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengintegrasikan variabel lain yang berperan terhadap disabilitas fungsional, seperti intensitas dan durasi nyeri, kekuatan otot inti, aktivitas fisik, obesitas sentral, serta keberadaan penyakit penyerta. Variabel-variabel tersebut diduga memiliki pengaruh yang lebih langsung terhadap keterbatasan fungsi dibandingkan IMT sebagai indikator tunggal.

c. Penggunaan indikator antropometri dan fungsional yang lebih spesifik

Selain IMT, disarankan untuk menggunakan pengukuran antropometri lanjutan seperti lingkaran pinggang, persentase lemak tubuh, atau skrining sarkopenia guna menggambarkan komposisi tubuh secara lebih akurat, sehingga hubungan antara kondisi tubuh dan disabilitas fungsional dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

d. Penyempurnaan metode identifikasi dan penilaian Low Back Pain

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode penilaian low back pain yang lebih spesifik dan objektif, tidak hanya berdasarkan anamnesis, tetapi juga dilengkapi dengan instrumen penilaian nyeri yang terstandar serta pemeriksaan klinis sederhana. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan akurasi klasifikasi kondisi LBP dan mengurangi subjektivitas responden dalam pelaporan nyeri.