



**GAMBARAN PERFORMA *DUAL-TASK* PADA LANSIA DI  
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3**

**SKRIPSI**

**SYIFA SALSABILA PUTRI MAHARANI**

**2210715043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA**

**2026**



**GAMBARAN PERFORMA *DUAL-TASK* PADA LANSIA DI  
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3**

**SKRIPSI**

**Diajukan Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan**

**SYIFA SALSABILA PUTRI MAHARANI**

**2210715043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA  
2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Syifa Salsabila Putri Maharani

NIM : 2210715043

Tanggal : 13 Januari 2026

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

Jakarta, 13 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Syifa Salsabila Putri Maharani

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Syifa Salsabila Putri Maharani  
NIM : 2210715043  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana

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 ilmiah saya yang berjudul: **"Gambaran Performa *Dual-Task* Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3"** 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 (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 13 Januari 2026

Penulis



Syifa Salsabila Putri Maharani

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Syifa Salsabila Putri Maharani  
NIM : 2210715043  
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Gambaran Performa *Dual-Task* Pada Lansia di Panti Sosial  
Tresna Werdha Budi Mulia 3

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Jakarta, 13 Januari 2026

Penguji I (Ketua Penguji)

Purnamadyawati, S.St.Ft., S.Pd., M.Fis., Ftr.

NIP. 196502262025212002

Penguji II

Sri Gonda Fahriana Fahrudin, S.Ft, M.Fis

NIP. 199204302024062001

Penguji III

Andy Sirada, S.S.T.Ft., M.Fis., AIFO.

NIP. 198807142022031003

Mengetahui



Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T.,

NIP. 197212191999031002

Koordinator Program Studi  
Fisioterapi Program Sarjana

Rabia, S.Ft., M. Biomed., AIFO

NIP. 199308202022032011

# GAMBARAN PERFORMA *DUAL-TASK* PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3

Syifa Salsabila Putri Maharani

## Abstrak

**Latar Belakang :** Lansia mengalami berbagai perubahan pada fungsi fisiologis, kognitif, dan motorik yang dapat menurunkan kemampuan keseimbangan serta meningkatkan risiko jatuh, khususnya saat melakukan aktivitas yang menuntut pelaksanaan lebih dari satu tugas secara bersamaan (*dual-task*). Kemampuan *dual-task* yang mengombinasikan tugas motorik dan kognitif merupakan indikator penting dalam menilai fungsi mobilitas dan keseimbangan pada lansia. **Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran performa *dual-task* pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3. **Metode :** Penelitian menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 81 lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan teknik total sampling. Penilaian performa *dual-task* dilakukan menggunakan *Timed Up and Go Test Dual-Task (TUG-DT)* yang disertai tugas kognitif. Analisis data dilakukan secara deskriptif berdasarkan karakteristik responden, meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan riwayat pekerjaan. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kategori mobilitas yang baik. Namun, penurunan performa *dual-task* lebih banyak ditemukan pada lansia usia lanjut dan responden dengan status pernikahan cerai mati. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan antara karakteristik demografis dan kemampuan *dual-task*. Kesimpulan penelitian secara keseluruhan, performa *dual-task* lansia di panti sosial tergolong baik dan berpotensi mendukung peningkatan kualitas hidup. Oleh karena itu, penilaian *dual-task* penting untuk dipertimbangkan dalam evaluasi fisioterapi guna mendukung perencanaan intervensi yang tepat dalam pencegahan jatuh dan peningkatan kualitas hidup lansia.

**Kata kunci:** Lansia, *Dual-Task*, Keseimbangan, Risiko Jatuh, *Timed Up and Go Test Dual-Task*

# OVERVIEW OF DUAL-TASK PERFORMANCE IN ELDERLY PEOPLE AT THE TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3 SOCIAL HOME

Syifa Salsabila Putri Maharani

## Abstract

**Background:** Older adults experience various changes in physiological, cognitive, and motor functions that can reduce balance and increase the risk of falling, especially when performing activities that require the execution of more than one task simultaneously (dual-task). Dual-task ability, which combines motor and cognitive tasks, is an important indicator in assessing mobility and balance in older adults. **Research Objective:** This study aims to describe the dual-task performance of older adults at the Budi Mulia 3 Social Welfare Home for Elderly. **Methods:** This study used a descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 81 elderly people who met the inclusion and exclusion criteria, using total sampling technique. Dual-task performance was assessed using the Timed Up and Go Test Dual-Task (TUG-DT) accompanied by cognitive tasks. Data analysis was performed descriptively based on respondent characteristics, including age, gender, education level, marital status, and employment history. **Results:** The results of the study show that most elderly people have good mobility. However, a decline in dual-task performance was found more often in older elderly people and respondents who were widowed. These findings indicate a relationship between demographic characteristics and dual-task ability. Overall, the dual-task performance of elderly people in social institutions is relatively good and has the potential to support an improved quality of life. Therefore, dual-task assessment is important to consider in physiotherapy evaluation to support appropriate intervention planning in fall prevention and improving the quality of life of elderly people.

**Keywords:** Older Adults, Dual-Task, Balance, Fall Risk, Timed Up and Go Dual-Task Test

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Gambaran Performa *Dual-Task* Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Andy Sirada SST.FT M.FIS, AIFO selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan selama penyusunan proposal skripsi ini.

Disamping itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua penulis yaitu Mamah dan Ayah yang tak henti-hentinya memberikan dukungan dan doa kepada penulis. Terima kasih kepada seluruh sahabat penulis yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan dukungan emosional serta doa terbaik untuk penulis selama penulisan proposal skripsi. Terima kasih kepada teman-teman S1 Fisioterapi 2022 Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta selaku teman seperjuangan penulis yang selalu memberikan dukungan dan membantu banyak hal hingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan masukan yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Besar harapan penulis semoga proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, pembaca serta pihak yang berkepentingan

Jakarta, 13 Januari 2026

Penulis



Syifa Salsabila Putri Maharani



## DAFTAR ISI

|                                                   |        |
|---------------------------------------------------|--------|
| HALAMAN JUDUL.....                                | i      |
| PERNYATAAN ORISINALITAS .....                     | ii     |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....    | iii    |
| PENGESAHAN .....                                  | iv     |
| ABSTRAK .....                                     | v      |
| ABSTRACT .....                                    | vi     |
| KATA PENGANTAR .....                              | vii    |
| DAFTAR ISI.....                                   | viii   |
| DAFTAR TABEL .....                                | x      |
| DAFTAR SKEMA.....                                 | xi     |
| DAFTAR GAMBAR.....                                | xii    |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                             | xiii   |
| <br>BAB I PENDAHULUAN .....                       | <br>1  |
| I.1. Latar Belakang.....                          | 1      |
| I.2. Rumusan Masalah.....                         | 4      |
| I.3. Tujuan Penelitian .....                      | 4      |
| I.4. Manfaat Penelitian .....                     | 4      |
| <br>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                  | <br>6  |
| II.1. Tinjauan Lansia .....                       | 6      |
| II.2. Dual-Task Pada Lanjut Usia.....             | 11     |
| II.3. Kerangka Teori.....                         | 19     |
| II.4. Tabel Penelitian Terdahulu.....             | 20     |
| <br>BAB III METODE PENELITIAN.....                | <br>30 |
| III.1. Kerangka Konsep .....                      | 30     |
| III.2. Definisi Operasional.....                  | 30     |
| III.3. Desain Penelitian.....                     | 31     |
| III.4. Populasi dan Sampel .....                  | 31     |
| III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian .....          | 32     |
| III.6. Instrumen Penelitian.....                  | 34     |
| III.7. Metode Pengumpulan Data .....              | 34     |
| III.8. Analisis Data .....                        | 36     |
| III.9. Etika Penelitian .....                     | 36     |
| <br>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....             | <br>37 |
| IV.1 Karakteristik Umum Responden Penelitian..... | 37     |
| IV.2 Pembahasan.....                              | 47     |
| IV.3 Kekuatan Penelitian .....                    | 51     |
| IV.4 Keterbatasan Penelitian.....                 | 52     |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| BAB V PENUTUP.....    | 53 |
| V.1. Kesimpulan ..... | 53 |
| V.2. Saran.....       | 54 |
| DAFTAR PUSTAKA .....  | 55 |
| RIWAYAT HIDUP         |    |
| LAMPIRAN              |    |

## DAFTAR TABEL

|           |                                                                                                                                    |    |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1   | Penelitian Terdahulu.....                                                                                                          | 20 |
| Tabel 2   | Definisi Operasional Variabel.....                                                                                                 | 30 |
| Tabel 3.  | Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia .....                                                                               | 35 |
| Tabel 4.  | Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                                                | 35 |
| Tabel 5.  | Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....                                                                          | 35 |
| Tabel 6 . | Distribusi Responden Berdasarkan Status Pernikahan .....                                                                           | 36 |
| Tabel 7.  | Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Terdahulu .....                                                                         | 36 |
| Tabel 8.  | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> .....                                 | 37 |
| Tabel 9.  | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> Berdasarkan Kelompok Usia.....        | 38 |
| Tabel 10. | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....       | 39 |
| Tabel 11. | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....  | 40 |
| Tabel 12. | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> Berdasarkan Status Pernikahan.....    | 41 |
| Tabel 13. | Distribusi Responden Terhadap Kategori Hasil <i>Timed Up and Go Test</i><br><i>Dual-Task</i> Berdasarkan Pekerjaan Terdahulu ..... | 43 |

## DAFTAR SKEMA

|         |                      |    |
|---------|----------------------|----|
| Skema 1 | Kerangka Teori.....  | 16 |
| Skema 2 | Kerangka Konsep..... | 27 |

## DAFTAR GAMBAR

|          |                                                                |    |
|----------|----------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1 | Anatomi Sistem Limbik.....                                     | 9  |
| Gambar 2 | Pengukuran <i>Timed Up and Go Test Dual Task</i> (TUG-DT)..... | 15 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|            |                                                |
|------------|------------------------------------------------|
| Lampiran 1 | Formulir <i>Timed Up and Go Test Dual-Task</i> |
| Lampiran 2 | Formulir <i>Mini Mental State Exam</i> (MMSE)  |
| Lampiran 3 | Lembar Monitoring                              |
| Lampiran 4 | <i>Informed Consent</i>                        |
| Lampiran 5 | Surat Keterangan Komite Etik                   |
| Lampiran 6 | Hasil Uji SPSS                                 |
| Lampiran 7 | Dokumentasi                                    |
| Lampiran 8 | Surat Plagiarisme                              |
| Lampiran 9 | Hasil Turnitin                                 |