

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEKUATAN OTOT DENGAN RISIKO
JATUH PADA LANSIA DI MASA PANDEMI COVID
19 DI BANJAR TAMANSARI DESA DANGIN
PURI KAJA**



PUTU AYU RATNAWATI

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN DEWAN
PENGUJI PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 16 Februari 2022

Diajukan Oleh :

PUTU AYU RATNAWATI

NIM : C2120038

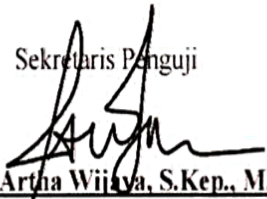
Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari :

Penguji Utama



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Sekretaris Penguji



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

Anggota Penguji

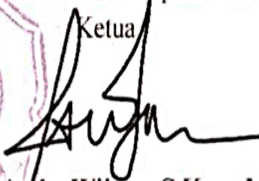


Ni Komang Purwaningsih, S.S., M.Hum
NIDN: 0814108901

Mengetahui

Program Studi SI Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603



HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN KEKUATAN OTOT DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA DI MASA PANDEMI COVID 19 DI BANJAR TAMANSARI DESA DANGIN PURI KAJA

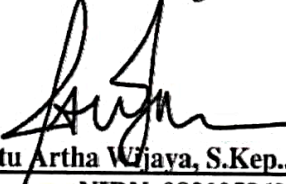
Diajukan Oleh :

PUTU AYU RATNAWATI
NIM : C2120038

Badung, 11 Januari 2022

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

Pembimbing II



Ni Komang Purwaningsih, S.S., M.Hum
NIDN: 0814108901

Mengetahui

Program Studi SI Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA
KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2022

Putu Ayu Ratnawati

**Hubungan Kekuatan Otot dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Masa
Pandemi Covid 19 di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja**

(xiv + 72 halaman + 7 Tabel + 3 Gambar + 11 Lampiran)

ABSTRAK

Proses penuaan menyebabkan lansia mengalami perubahan sistem muskuloskeletal yang mengakibatkan terjadinya penurunan kekuatan otot. Dampak terjadinya penurunan kekuatan otot menyebabkan berkurangnya kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh sehingga beresiko jatuh. Faktor risiko jatuh pada usia lanjut salah satunya penurunan kekuatan otot memegang peran penting pada sebagian besar kejadian jatuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kekuatan otot dengan risiko jatuh pada lansia di masa Pandemi Covid 19 di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja.

Penelitian ini menggunakan metode analisis observasional dengan rancangan cross-sectional. Penelitian ini melibatkan 78 sampel yang dipilih dengan teknik sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat.

Penelitian ini menunjukkan hasil sebanyak sebanyak 52 orang (66,7%) memiliki kekuatan otot skala 3 dan sebagian besar yaitu 53 orang (69,7%) dalam kategori sedang jatuh. Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan *p value* = 0,001(<0,05) menunjukkan ada hubungan bermakna kekuatan otot dengan risiko jatuh pada lansia di masa Pandemi Covid 19, maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan otot berhubungan signifikan dengan risiko jatuh pada lansia. Disarankan kepada Puskesmas memberikan pendidikan kesehatan mengenai pedoman pencegahan jatuh pada lansia

Kata Kunci : Kekuatan Otot, Risiko Jatuh, Lansia

Sumber Pustaka : 42 (2014-2020)

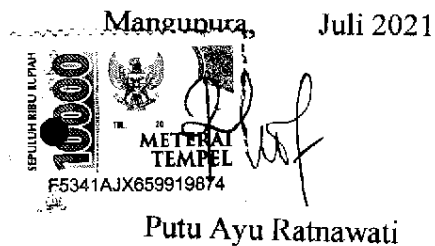
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putu Ayu Ratnawati
NIM : C2120038
Jurusan : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Kekuatan Otot dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Masa Pandemi Covid 19 di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangunura, Juli 2021



SEPULUH RIBU RUPIAH
1000
METERAI
TEMPEL
F5341AJX659919874
Putu Ayu Ratnawati

**HIGH SCHOOL OF NURSING SCIENCE BINA USADA BALI NURSING
BACHELOR STUDY PROGRAM**

Thesis, January 2022

Putu Ayu Ratnawati

**The Relationship between Muscle Strength and Fall Risk in the Elderly
during the Covid 19 Pandemic in Banjar Tamansari, Dangin Puri Kaja
Village**

(xiv + 72 pages + 7 Tables + 3 Figures + 11 Appendices)

ABSTRACT

The aging process causes the elderly to experience changes in the musculoskeletal system which results in a decrease in muscle strength. The impact of a decrease in muscle strength causes a reduced ability to maintain body balance so that there is a risk of falling. Risk factors for falling in the elderly, one of which is a decrease in muscle strength, plays an important role in most falls.

This study aims to determine the relationship between muscle strength and the risk of falling in the elderly during the Covid 19 Pandemic in Banjar Tamansari, Dangin Puri Kaja Village. This study used an observational analysis method with a cross-sectional design. This study involved 78 samples selected by purposive sampling technique. Collecting data using a questionnaire, data analysis consists of univariate and bivariate analysis.

This study showed that as many as 52 people (66.7%) had muscle strength on a scale of 3 and most of them were 53 people (69.7%) in the moderate category. The Spearman Rank test results obtained p value = 0.001 (<0.05) indicating there is a significant relationship between muscle strength and the risk of falling in the elderly during the Covid-19 pandemic, so it can be concluded that muscle strength is significantly related to the risk of falling in the elderly. It is recommended that the Puskesmas provide health education regarding guidelines for preventing falls in the elderly

Keywords: Muscle Strength, Fall Risk, Elderly

Library Source : 42 (2014-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkah dan karunia-NYA yang telah diberikan pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul "Hubungan Kekuatan Otot dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Masa Pandemi Covid 19 di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja” tepat pada waktunya.” Dalam penyusunan proposal ini, penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM., selaku Ketua Stikes Bina Usaha.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep, M.Kep., selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan dan selaku pembimbing I yang telah banyak membantu penulisan dalam penyusunan proposal ini
3. Ni Komang Purwaningsih, S.S, M.Hum, selaku pembimbing II yang telah banyak membantu penulisan dalam penyusunan proposal ini
4. Seluruh Dosen dan Staff STIKES Bina Usaha Bali.
5. Rekan-rakan mahasiswa prodi S1 Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan proposal ini.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan proposal ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan proposal ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan

saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga proposal ini dapat bermanfaat dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan bagi penulis khususnya dari para pembaca umum.

Badung, Agustus 2021

Putu Ayu Ratnawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA KONSEP	
A. Konsep Lansia	8
B. Konsep Jatuh pada Lansia	10
C. Konsep Kekuatan Otot	20
D. Konsep <i>Corona Virus Disease</i> 2019 (COVID-19)	24
E. Kerangka Teori.....	26

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI

OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis	28
C. Dfinisi Operasional.....	29

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	30
B. Populasi dan Sampel.....	30
C. Tempat Penelitian.....	33
D. Waktu Penelitian	33
E. Etika Penelitian.....	33
F. Alat Pengumpulan Data.....	35
G. Prosedur Pengumpulan Data	38
H. Pengolahan Data.....	40
I. Analisis data	43

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Kondisi Lokasi Penelitian.....	47
B. Karakteristik Sampel Penelitian	48
C. Hasil Analisis Univariat.....	50
D. Hasil Analisis Bivariat.....	51

BAB VI PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden	53
B. Kekuatan Otot Lansia di Masa Pandemi Covid 19.....	59

C. Resiko Jatuh Lansia di Masa Pandemi Covid 19.....	62
D. Hubungan Kekuatan Otot Dengan Resiko Jatuh Lansia di Masa Pandemi Covid 19.....	63
E. Keterbatasan Penelitian	66
F. Implikasi Penelitian	67

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	68
B. Saran	68

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	29
Tabel 4.1	Hasil Uji Validitas <i>Berg Balance Scale</i>	39
Tabel 5.1	Karakteristik Umur Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	48
Tabel 5.2	Karakteristik Jenis Kelamin Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	48
Tabel 5.3	Karakteristik Pendidikan Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	49
Tabel 5.4	Karakteristik Pekerjaan Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	49
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	50
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Resiko Jatuh Lansia di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Wilayah Puskemas I Denpasar Utara Tahun 2021.....	50
Tabel 5.7	Hasil Analisis Hubungan Kekuatan Otot Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Masa Pandemi Covid 19 di Banjar Tamansari Desa Dangin Puri Kaja Tahun 2021.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2: Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 3: Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4: Instrumen Penelitian
- Lampiran 5: Data Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 6: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7: Tabulasi Data
- Lampiran 8: Hasil Analisis Data
- Lampiran 9: Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10: Permohonan uji etik
- Lampiran 11: Surat lolos etik
- Lampiran 12: Permohonan ijin penelitian
- Lampiran 13: Balasan ijin penelitian
- Lampiran 14: Form bimbingan dr proposal ampe skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Abil, R. (2019). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Jatuh Pada Lansia di Kecamatan Tempunak Kabupaten Sintang. *Jurnal Ners Indonesia Edisi 5 No.2*
- Aristo, E. (2017). *Kekuatan Otot dan Mobilisasi Usia Lanjut Setelah Latihan Penguatan Isotonik Quadriceps femoris di Rumah*. Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Medik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia: Jakarta.
- Annafisah. (2019). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh Yang Diukur Menggunakan Romberg Test Pada Lansia Sehat Studi di Desa Plamongansari Kecamatan Pedurungan Semarang*. *Jurnal Media Keperawatan Indonesia Edisi 3 Volume 2*.
- Astriyana. (2018). *Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Penurunan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Lansia Di Ngadisono Kadipiro Surakarta*. *Jurnal Media Keperawatan Indonesia Edisi 18 No. 2*
- Asti, Ni Putu Intan Parama, Yanti Ni Luh Putu Evi, Ika Widi Astuti. (2020). Hubungan antara Kekuatan Otot dan Tingkat Stres dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur. *Jurnal Ners Widya Husada Volume 4 No 2*,
- Azizah. (2016). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Darmojo. (2014). *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)* edisi ke-4. Jakarta : Balai Penerbit FK UI.
- Depkes RI. (2016). *Pedoman Puskesmas Santun Lanjut Usia Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Komunitas.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar : Bagian Data dan Informasi
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Buleleng Tahun 2019*. Denpasar : Dinas Kesehatan
- Fristantia, D. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Yang Tinggal di rumah di wilayah kerja Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Indonesia Vol.5 No.2*

- Ginsberg, L. (2016). *Neurology; Lecture Notes*. Surabaya: Erlangga Medicine Series.
- Herlambang, S. (2019). Hubungan Faktor Lingkungan dengan Kejadian Jatuh pada Lansia Lanjut di Gampong Suak Raya Kecamatan Johan Pahlawan Kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 28 No.1*.
- Heyward. (2016). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*, EGC: Jakarta
- Hidayat. (2017). *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hutomo, A. (2018). Hubungan Penataan Lingkungan Rumah terhadap Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Karangwuni Wates Kulon Progo. *E-Journal Keperawatan (e-Kp) volume 21. Nomor 1*.
- Karim, F. (2016). *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*, Jakarta: PB Cipta Prima Utama, Jakarta
- Kaslinda. (2018). Analisis Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Jatuh Pada Lansia di Posyandu Lansia Ngebel Tamantirto Kasihan. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia Volume 2 N0 1*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Coronavirus Disesase (Covid-19) Revisi 3*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P)
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI
- Kusnanto. (2016). *Peningkatan Stabilitas Postural Pada Lansia Melalui Balance Exercise*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Maryam, S. (2016). *Mengenal Usia Lanjut Dan Penangannya*. Jakarta: Salemba
- Mubarak. (2016). *Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika
- Mulyorini, I. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia di desa Margoagung Seyegan Sleman Yogyakarta. *E-journal keperawatan (e-Kp) volume 15. Nomor 1*.
- Nugroho, W. (2016). *Keperawatan gerontik dan Geriatric. Edisi ketiga*. Jakarta : EGC.
- Notoatmojo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam. (2016). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangemanan, Engka, Supit. (2016). *Lecture notes: Neurologi*. Jakarta: Erlangga
- Priambodo, Agung. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkah Surabaya. *Jurnal Media Keperawatan Indomesia Edisi 20 No. 2*
- Pudjiastuti. (2016). *Fisioterpi pada Lansia*. Jakarta : EGC
- Rothe, C. (2020). *Transmission of 2019-nCoV Infection from an Asymptomatic Contact in Germany. The New England Journal of Medicine*. Available : <https://doi.org/10.1056/NEJMc2001468>.
- Sianita, F. (2017). Studi Risiko Jatuh Pada Lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya. *Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 25 No.1*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sunaryo. (2016). *Asuhan Keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Andi
- Susilo, M, dan Ceva W, Pitoyo. (2020). *Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini*. Available : <https://ocw.ui.ac.id>. (3 Mei 2021).
- Utami, B. (2017). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Risiko Jatuh Pada Lanjut Usia di Desa Jaten Kecamatan Juwiring Klaten. *Jurnal Ners, Edisi 6 No. 1*
- World Health Organization. (2015). *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. Perancis.
- World Health Organization. (2020). *Populasi Lansia Diperkirakan Terus Meningkat Hingga Tahun 2020*. Online <http://www.depkes.go.id/pdf.php?id=13110002>. Diakses tanggal 14 Mei 2021
- Yulastuti, I. (2016). Hubungan antara Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot Anggota Gerak Bawah dengan Kemampuan Fungsional Lanjut Usia. *Jurnal Media Keperawatan Indomesia Edisi 18 No. 2*