

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
RISIKO SARKOPENIA PADA LANSIA DI STW RIA
PEMBANGUNAN CIBUBUR**

SKRIPSI



Oleh :

LILY APRIDA

224201446032

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
RISIKO SARKOPENIA PADA LANSIA DI STW RIA
PEMBANGUNAN CIBUBUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Jakarta



Oleh :

LILY APRIDA

224201446032

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NASIONAL

JAKARTA

2024

SKRIPSI

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
RISIKO SARKOPENIA PADA LANSIA DI STW RIA
PEMBANGUNAN CIBUBUR**




Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom


Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Sarkopenia Pada Lansia Di STW Ria Pembangunan Cibubur

Nama Mahasiswa : Lily Aprida

NPM : 224201446032



Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

Handwritten signature of Ns. Intan Asri Nurani in black ink.

Handwritten signature of Ns. Aisyiah in black ink.

Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom

LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH SIDANG

Judul Skripsi : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Sarkopenia
Pada Lansia Di STW Ria Pembangunan Cibubur

Nama Mahasiswa : Lily Aprida

NPM : 224201446032



Penguji 1 : Ns. Tommy JF Wowor, M.M., M.Kep

A large, stylized handwritten signature in black ink, corresponding to the name of the first reviewer.

Penguji 2 : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom

A handwritten signature in black ink, corresponding to the name of the second reviewer.

Penguji 3 : Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom

A handwritten signature in black ink, corresponding to the name of the third reviewer.

PERNYATAAN

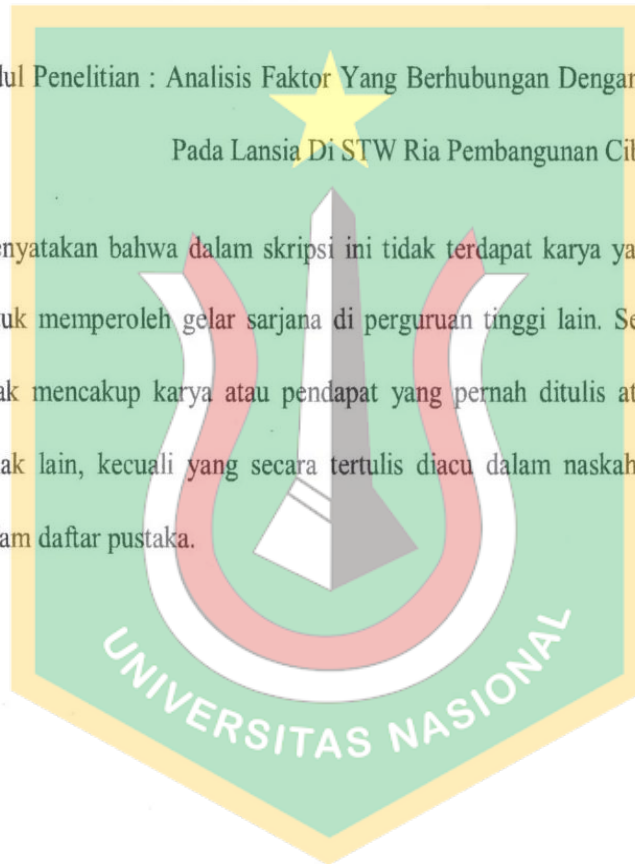
Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Lily Aprida

NPM : 224201446032

Judul Penelitian : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Sarkopenia
Pada Lansia Di STW Ria Pembangunan Cibubur.

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi lain. Selain itu, skripsi ini tidak mencakup karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan tercantum dalam daftar pustaka.



Jakarta, 13 Agustus 2024



Lily Aprida

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas karunia dan rahmat-Nya, yang memungkinkan penulis menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Sarkopenia Pada Lansia Di STW Ria Pembangunan Cibubur”. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan, baik dalam penulisan maupun penggunaan bahasa. Oleh karena itu, saran dan kritikan dari pembaca diperlukan dalam perbaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada keluarga khususnya orang tua atas dukungan dan doanya. Selain itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada teman sejawat yaitu dokter dan perawat di tempat kerja karena telah membantu dan mendukung peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Dan tak lupa penulis menyampaikan terimakasih dan apresiasi kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ns. Tommy JF Wowor, M.M.,M.Kep.
3. Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom sebagai pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan, saran, dan pengetahuan sepanjang proses pembuatan skripsi.

4. Ns. Aisyiah, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku pembimbing 2 dan pembimbing akademik yang telah memberikan masukan dan dukungan penuh selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional di Kampus FIKES UNAS.
6. Kepala dan seluruh karyawan STW Ria Pembangunan Cibubur yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian ini.
7. Kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan, perhatian, kasih sayang, dan doa yang tiada henti, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, meskipun saya tidak bisa menyebutkan nama mereka satu per satu.

Penulis mengucapkan terimakasih dan memohon maaf jika terdapat kesalahan dalam skripsi saya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Jakarta, 13 Agustus 2024



(Lily Aprida)

ABSTRAK

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN RISIKO SARKOPENIA PADA LANSIA DI STW RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR

Lily Aprida, Intan Asri Nurani, Aisyiah

Latar Belakang : Sarkopenia adalah kondisi yang berhubungan dengan proses penuaan, ditandai oleh penurunan massa otot dan kelemahan otot yang berkembang secara bertahap. Penelitian mengenai sarkopenia di Indonesia masih sangat terbatas tetapi menurut literatur prevalensi sarkopenia di Indonesia bervariasi antara 9,1% hingga 59%. Tingginya prevalensi ini menunjukkan perlunya penelitian mengenai faktor – faktor risiko sarkopenia.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor - faktor yang berhubungan dengan risiko sarkopenia pada lansia di STW Ria Pembangunan Cibubur.

Metodologi: Desain yang digunakan adalah desain penelitian kuantitatif Non Eksperimen dengan pendekatan *cross sectional* dan pendekatan statistik non parametrik.

Hasil Penelitian : Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status nutrisi yang memiliki risiko malnutrisi 28 responden (40,6%) dengan risiko sarkopenia yaitu *p-value* 0.000 dan terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan risiko sarkopenia nilai Min 50 dan Max 288. Nilai Mean aktivitas fisik 131,96 dan median 125. Std.Dev 54,360 dengan *p-value* yang sangat kecil (lebih kecil dari 0,05) pada uji wilcoxon di STW Ria Pembangunan Cibubur.

Simpulan : Terdapat hubungan antara status nutrisi dan aktivitas fisik terhadap risiko sarkopenia pada lansia di STW Ria Pembangunan Cibubur.

Saran : Menginput materi sarkopenia ke dalam kasus pembelajaran dan proses belajar mengajar

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Risiko Sarkopenia, Status Nutrisi.

Kepustakaan : 56 (2004-2024)

ABSTRACT

ANALYSIS OF FACTORS ASSOCIATED WITH RISK OF SARCOPENIA IN THE ELDERLY AT STW RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR

Lily Aprida, Intan Asri Nurani, Aisyiah

Background: Sarcopenia is a condition associated with the aging process, characterized by a gradual decline in muscle mass and muscle weakness. Research on sarcopenia in Indonesia is still very limited but according to the literature the prevalence of sarcopenia in Indonesia varies between 9.1% and 59%. This high prevalence suggests the need for research into the risk factors for sarcopenia.

Aim: To analyze the factors associated with risk of sarcopenia in the Elderly at STW Ria Pembangunan Cibubur.

Methods: This was a non-experimental quantitative research design with a cross sectional approach and a non-parametric statistical approach.

Results: There was a significant relationship between nutritional status which has a risk of malnutrition 28 respondents (40.6%) with the risk of sarcopenia, namely p-value 0.000 and there is a significant relationship between physical activity and the risk of sarcopenia, Min value 50 and Max 288. Mean value of physical activity 131.96 and median 125. Std. Dev 54.360 with a very small p-value (smaller than 0.05) in the Wilcoxon test at STW Ria Pembangunan Cibubur.

Conclusion: There is a relationship between nutritional status and physical activity on the risk of sarcopenia in the elderly at STW Ria Pembangunan Cibubur

Recommendation: Implementation sarcopenia material into learning cases and teaching and learning process

Keywords: Physical Activity, Risk of Sarcopenia, Nutritional Status.

Bibliography: 56 (2004-2024)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Lansia.....	7

2.1.1 Definisi Lansia.....	7
2.1.2 Klasifikasi Lansia	8
2.2 Penuaan.....	9
2.2.1 Perubahan Fungsi Organ Akibat Penuaan	11
2.2.2 Perubahan Massa Otot Akibat Penuaan	14
2.3 Sarkopenia	15
2.3.1 Pengertian Sarkopenia	15
2.3.2 Patofisiologi.....	17
2.3.3 Manifestasi Klinis.....	18
2.3.4 Diagnosis Sarkopenia	19
2.3.5 Klasifikasi Sarkopenia.....	22
2.3.6 Faktor Risiko Sarkopenia	23
2.3.7 Dampak Sarkopenia.....	31
2.4 Kerangka Teori	33
2.5 Kerangka Konsep.....	34
2.6 Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Populasi dan Sampel.....	35
3.3 Lokasi Penelitian	36
3.4 Waktu Penelitian.....	36
3.5 Variabel Penelitian.....	36
3.6 Definisi Operasional Penelitian	37

3.7 Intrumen Penelitian.....	38
3.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	40
3.9 Analisa Data.....	41
3.10 Etika Penelitian.....	42
3.11 Pengolahan Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
4.1 Hasil Penelitian	45
4.2 Pembahasan	49
4.3 Keterbatasan penelitian.....	56
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	57
5.1 Simpulan.....	57
5.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	64



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.4 Kerangka Teori.....	33
2.5 Kerangka Konsep.....	34



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.6 Definisi Operasional Penelitian.....	37
4.1 Hasil distribusi Karakteristik Demografi Responden	46
4.2 Hasil Analisis Risiko Sarkopenia.....	46
4.3 Hasil Analisis Status Nutrisi	47
4.4 Uji Normalitas Aktivitas Fisik.....	47
4.5 Hasil Analisis Aktivitas Fisik.....	48
4.6 Hasil analisis hubungan status nutrisi dengan risiko sarkopenia	48
4.7 Uji Wilcoxon.....	49



DAFTAR SINGKATAN

AWGS : Asian Working Group For Sarcopenia

BPS : Badan Pusat Statistik

DepKes : Departemen Kesehatan

EWGSOP : European Working Group on Sarcopenia in Older People

Lansia : Lanjut Usia

MNA : Mini Nutritional Assessment

PASE : Physical Activity Scale for the Elderly

STW : Sasana Tresna Werdha

WHO : World Health Organization



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat Izin Penelitian dari Falkutas	65
Lampiran 2	: Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian.....	66
Lampiran 3	: Surat Pengantar Sebagai Responden.....	67
Lampiran 4	: Informed Consent.....	68
Lampiran 5	: Instrumen Penilaian.....	69
Lampiran 6	: Master Tabel.....	73
Lampiran 7	: Hasil Output Analisa Data SPSS.....	74
Lampiran 8	: Lembar Konsultasi.....	78
Lampiran 9	: Dokumentasi Penelitian.....	82
Lampiran 10	: Biodata Penulis.....	83

