HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DENGAN *GAIT SPEED* DAN RISIKO JATUH PADA LANSIA

Arista Putri Aryanti[1], Alinda Nur Ramadhani[2]
aristaputriary@gmail.com
[12]Diploma IV Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Proses penuaan menyebabkan penurunan fungsi muskuloskeletal dan neuromuskular yang berdampak pada berkurangnya kekuatan otot tungkai, perlambatan *gait speed*, serta peningkatan risiko jatuh pada lansia. IMT sebagai indikator status gizi berkaitan dengan *gait speed* dan risiko jatuh pada lansia. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan IMT dan kekuatan otot tungkai dengan *gait speed* dan risiko jatuh pada lansia. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Posyandu Lansia Parangkusumo Desa Serenan Karanganyar dengan sampel sebanyak 55 lansia, dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. IMT dihitung berdasarkan berat badan dan tinggi badan, kekuatan otot tungkai diukur menggunakan *Five Times Sit To Stand* (FTSTS), *gait speed* menggunakan 4 *Meter Walk Test* (4MWT), dan risiko jatuh menggunakan *Timed Up and Go Test* (TUGT). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan regresi logistik berganda. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan IMT dengan *gait speed* pada lansia (p=0.022; OR 3.636), terdapat hubungan IMT dengan risiko jatuh pada lansia (p=0.008; OR 4.667). Ada hubungan kekuatan otot tungkai dengan *gait speed* pada lansia (p=0,029; OR 3,422). Terdapat hubungan kekuatan otot tungkai dengan risiko jatuh pada lansia (p=0,019; OR 4.080). Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa IMT dan kekuatan otot tungkai secara simultan berhubungan signifikan dengan *gait speed* (p=0,009) dan risiko jatuh (p=0,002). **Kesimpulan:** IMT dan kekuatan otot tungkai berhubungan dengan *gait speed* dan risiko jatuh pada lansia.

Kata kunci: Lansia; kekuatan otot tungkai; *gait speed*; risiko jatuh