

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA DI DESA SEMPAL

WADAK WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG

SKRIPSI



Oleh:

BEKKI WILDIANA FAJARIYAH

12210003

PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG

2025

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSLA
DI DESA SEMPAL WADAK WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
(S.Kep.) pada Program Studi Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

Panti Waluya Malang

Oleh:

BEKKI WILDIANA FAJARIYAH

12210003

Menyetujui,

Malang, 31 Juli 2025

Pembimbing I



Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep
NUPTK : 0446764665230212

Pembimbing II



Ns. Yafet Pradikatama Prihanto, S.Kep., M.Kep
NUPTK : 9141767668131023

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA DI
DESA SEMPAL WADAK WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG

Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Oleh:

BEKKI WILDIANA FAJARIYAH

NIM: 12210003

Telah diuji pada

Hari/tanggal : Senin/ 31 Juli 2025

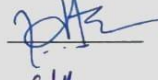
Tim penguji :

Ketua Penguji Nama : Dr. Nanik Dwi Astutik, S. Kep., Ns., M.Kes
NUPTK : 5561757658230183

Penguji 2 Nama : Ns. Yafet Pradikatama Prihanto, S.Kep., M.Kep.
NUPTK : 9141767668131023

Penguji 3 Nama : Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep
NUPTK : 0446764665230212

Tanda Tangan



Ketua,

Ns. Oda Darsa, M.Kep
NUPTK: 9339745646130093

Mengetahui



Ket. Prodi,

Ns. Oda Darsa, M.Kep
NUPTK: 3761763664237012

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bekki Wildiana Fajariyah

NIM : 12210003

Judul Skripsi : Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di
Desa Sempal Wadak Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang

Menyatakan dengan ini sebenar-benarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini merupakan karya saya sendiri, kecuali kutipan dan ringkasan telah saya jelaskan sumbernya. Apabila di kemudian hari saya terbukti bahwa skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya akan bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku.

Malang, 31 Juli 2025

Yang Membuat Pernyataan

Bekki Wildiana Fajariyah
NIM: 12210003

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Bekki Wildiana Fajariyah

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, Tanggal Lahir : Sumenep, 08 Maret 2003

Agama : Islam

Alamat Rumah : Dusun Guderlaok, RT/ RW 001/ 001, Kel. Nyamplong, Kec. Gayam, Kab, Sumenep, Provinsi Jawa Timur

Nomor Telepon : 085773083236

Email : bekiwildianafajariyah@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

- 1 TK Alqur'an Nurul Huda (2007-2008)
- 2 SDN karate (2008-2014)
- 3 SMPN 1 gayam (2014-2017)
- 4 SMAN 1 gayam (2017-2020)
- 5 S1 keperawatan STIKES panti waluya malang (2021-sekarang)

Pengalaman Organisasi :

- 1 Himpunan Mahasiswa Keperawatan Panti Waluya Malang – Anggota (2021-2023)
- 2 Ikatan Keluarga Mahasiswa Keperawatan Panti Waluya Malang – Sebagai Wakil Menteri Dalam Negeri (2022-2023)
- 3 Unit Kegiatan Mahasiswa Sport Center – Anggota (2022-2023)
- 4 Unit Kegiatan Mahasiswa Tari – Anggota (2023-2024)

Malang, 31 JULI 2025



(Bekki Wildiana Fajariyah)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa Atas berkah rahmat dan karunianya saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang” dengan tepat waktu.

Dalam Menyusun skripsi ini saya sebagai penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih yang sangat besar kepada:

1. Bapak Wibowo, S. Kep.,Ns.,M.Biomed selaku Ketua STIKes Panti Waluya Malang.
2. Kepala Puskesmas Bululawang beserta perawat di puskesmas Bululawang yang telah membantu serta memberi izin penulis dalam pengambilan data.
3. Ibu Ns. Oda Debora, M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners.
4. Ibu Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Ns. Yafet Pradikatama Prihanto, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
6. Orang tua penulis, yang telah memberikan motivasi dan dukungan serta materi yang sangat mendukung dalam skripsi ini.
7. Para penulis, yang telah membagikan pengalamannya dalam penulisan skripsi.
8. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKes Panti Waluya Malang Angkatan 2021 yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi.
9. Semua yang terlibat dalam penyusunan skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih Jauh dari sempurna karena

keterbatasan ilmu dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karenanya saran dan kritik yang membangun sangat di terima dengan senang hati. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Malang 31 Juli 2025

ABSTRAK

Fajariyah, Bekki Wildiana 2025.; Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Desa Sempal Wadak Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang. Skripsi; Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang. Pembimbing: Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep¹, Ns. Yafet Pradikata Prihanto, S.Kep., M.Kep².

Lansia memiliki risiko Indeks massa tubuh (IMT) yang tidak normal, karena aktivitas fisiknya relatif menurun. Hal ini menyebabkan penumpukan lemak di dalam tubuh, terutama di bagian perut dan pinggul, yang berpengaruh terhadap keseimbangan tubuh dan kekuatan sendi, sehingga lansia memiliki risiko jatuh. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan risiko jatuh di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang. Jenis penelitian kuantitatif korelasi dengan metode *cross-sectional*. Populasi penelitian ini lansia yang mengikuti prolanis di desa Sempal Wadak, diambil menggunakan *purposive sampling* didapatkan 94 responden. Kuesioner risiko jatuh menggunakan Morse Fall Scale dan pengukuran IMT pada lansia. Hasil penelitian didapatkan $p\text{ value} = 0.000$ dengan $\text{sig } \alpha = 0.05$ ($0.000 < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara IMT dengan risiko jatuh, dimana koefisien korelasi 0.467 menunjukkan positif, maka semakin tinggi IMTnya semakin tinggi pula lansia mengalami risiko jatuh. Lansia perlu lebih memperhatikan pola hidupnya, terutama asupan nutrisi dan aktifitas fisik, karena kelebihan berat badan dan penurunan kekuatan otot sendi bisa berdampak langsung terhadap keseimbangan tubuh, yang meningkatkan risiko jatuh.

Kata kunci : IMT, Risiko Jatuh, Lansia

ABSTRACT

Fajariyah, Bekki Wildiana 2025.; *The Relationship Between Body Mass Index and Fall Risk Among the Elderly in Sempal Wadak Village, Bululawang Health Center Working Area. Thesis; Bachelor of Nursing Science and Nursing Profession Program, Panti Waluya Malang College of Health Sciences. Advisors: Ns.Elizabeth Yun Yun Vinsur, M,Kep¹, Ns. Yafet Pradikatama Prihanto, S.Kep., M.Kep².*

Older adults have an increased risk of abnormal body mass index (BMI) due to a relative decrease in physical activity. This leads to fat accumulation in the body, particularly in the abdomen and hips, which affects body balance and joint strength, thereby increasing the risk of falls among older adults. The objective of this study was to determine the relationship between body mass index and the risk of falls in Sempal Wadak Village, which is part of the Bululawang Community Health Center's working area. This is a quantitative correlational study using a cross-sectional method. The study population consists of elderly individuals participating in the Prolanis program in Sempal Wadak Village, selected using purposive sampling, resulting in 94 respondents. The fall risk questionnaire used the Morse Fall Scale, and BMI measurements were taken for the elderly participants. The study results showed a p-value of 0.000 with a significance level of $\alpha = 0.05$ ($0.000 < 0.05$), indicating a significant association between BMI and fall risk. The correlation coefficient of 0.467 indicates a positive relationship, meaning that as BMI increases, the risk of falls among the elderly also increases. Elderly individuals need to pay more attention to their lifestyle, particularly their nutritional intake and physical activity, as obesity and muscle weakness can directly impact body balance, thereby increasing the risk of falls.

Keywords: BMI, Fall Risk, Elderly

DAFTAR ISI

SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Lansia.....	6
2.1.1 Definisi Lansia.....	6
2.1.2 Kategori Usia Lansia	6
2.1.3 Perubahan Pada Lansia	6
2.2 Indeks Massa Tubuh (IMT)	8
2.2.1 Definisi IMT	8
2.2.2 Cara Pengukuran IMT	8
2.2.3 Kategori IMT	9
2.2.4 Pengaruh IMT terhadap kesehatan pada lansia.....	9
2.3 Konsep Keseimbangan dan Mobilitas Pada Lansia	10
2.3.1 Definisi Keseimbangan dan Mobilitas	10
2.3.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi keseimbangan dan mobilitas.....	11
2.4 Risiko Jatuh Pada Lansia	11
2.4.1 Definisi Risiko Jatuh Pada Lansia.....	11
2.4.2 Faktor risiko jatuh pada lansia	12

2.5 Pencegahan Jatuh Pada Lansia	13
2.5.1 Strategi Pencegahan Jatuh.....	13
2.6 Metode Penilaian Risiko Jatuh	13
2.6.1 Instrumen Penilaian Risiko Jatuh	13
2.7 Hubungan antara IMT dan Risiko Jatuh	14
2.7.1 Pengaruh IMT Terhadap Risiko Jatuh.....	14
2.7.2 Penelitian Sebelumnya Yang Membahas Hubungan IMT Dengan Risiko Jatuh	16
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	19
3.1 Kerangka Konsep.....	19
3.2 Hipotesis Penelitian.....	20
BAB IV METODE PENELITIAN	21
4.1 Rancangan Penelitian	21
4.2 Populasi dan Sampel	21
4.2.1 Populasi	21
4.2.2 Sampel Penelitian	21
4.3 Variabel Penelitian	23
4.3.1 Variabel Independen.....	23
4.3.2 Variabel Dependen.....	23
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	23
4.5 Bahan dan Alat/ Instrumen Penelitian	23
4.5.1 Instrumen Variabel Independen	23
4.5.2 Instrumen Variabel Dependen	24
4.6 Definisi Operasional	24
4.7 Prosedur Penelitian.....	25
4.8 Kerangka Kerja Penelitian.....	26
4.9 Etika Penelitian.....	27
BAB V HASIL PENELITIAN	28
5.1 Analisis Data	28
5.1.1 Analisis Univariat.....	28
5.1.2 Analisis Bivariat.....	30
BAB VI PEMBAHASAN.....	31
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian.....	31
6.1.1 Mengidentifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang	31
6.1.2 Mengidentifikasi Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang	36

6.1.3 Menganalisis Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang	39
6.2 Implikasi Terhadap Bidang Keperawatan.....	40
6.3 Keterbatasan Penelitian	40
BAB VII PENUTUP	42
7.1 Kesimpulan	42
7.2 Saran.....	42
7.2.1 Bagi Responden	42
7.2.2 Bagi Perawat	43
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	43

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian yang Relevan	16
Tabel 4.1 Definisi Operasional	24
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Data Umum Responden.....	28
Tabel 5.2 Data Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh (IMT)	29
Tabel 5.3 Data Frekuensi Risiko Jatuh	30
Tabel 5.4 Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Risiko Jatuh.....	30

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	19
Bagan 4.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan STIKes Panti Waluya Malang untuk Bakesbangpol Kabupaten Malang.....	49
Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan STIKes Panti Waluya Malang untuk Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.....	50
Lampiran 3. Surat Studi Pendahuluan STIKes Panti Waluya Malang untuk Puskesmas Bululawang.....	51
Lampiran 4. Surat Studi Pendahuluan Bakesbangppol Kabupaten Malang.....	52
Lampiran 5. Surat Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.....	53
Lampiran 6. Surat Studi Pendahuluan Puskesmas Bululawang	54
Lampiran 7. Surat penelitian STIKes Panti Waluya Malang untuk Bakesbangpol Kabupaten Malang	55
Lampiran 8. Surat Penelitian STIKes Panti Waluya Malang untuk Dinas Kesehatan Kabupaten Malang	56
Lampiran 9. Surat Penelitian STIKes Panti Waluya Malang untuk Puskesmas Bululawang.....	57
Lampiran 10. Surat Penelitian Dinas Kesehatan Kabupaten Malang	58
Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian Puskesmas Bululawang.....	59
Lampiran 12. Surat Layak Etik	61
Lampiran 13. Lembar Konsultasi.....	62
Lampiran 14. Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	69
Lampiran 15. Lembar Persetujuan Responden.....	70
Lampiran 16. Lembar Kuesioner Penelitian.....	71
Lampiran 17. Lembar Rekapitulasi Jawaban Kuesioner Responden.....	73
Lampiran 18. Lembar Hasil Olah Data SPSS.....	82
Lampiran 19. Dokumentasi Studi Pendahuluan.....	84
Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian.....	85