

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN  
AKTIVITAS FISIK DENGAN RESIKO KEJADIAN  
OSTEOPOROSIS PADA LANSIA DI PUSKESMAS  
ANDALAS KOTA PADANG TAHUN 2023**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan  
Pendidikan Strata 1 Keperawatan**



*Oleh :*

**ANGGRESYA PUTRI MALINI**

**1914201009**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG  
TAHUN 2023**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Anggresya Putri Malini  
Nim : 1914201009  
Tempat/Tanggal Lahir : Muara Air haji/ 21 September 2000  
Tahun Masuk : 2019  
Program studi : Keperawatan  
Nama pembimbing Akademik : Ns. Syalvia Oresti, M.Kep  
Nama pembimbing I : Ns. Ledia Restipa, M.Kep  
Nama Pembimbing II : Ns. Rebbi Permata Sari, M.kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul: "Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Resiko Kejadian *Osteoporosis* Pada lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2023".

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan Skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2023



## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Anggresya Putri Malini  
Nim : 1914201009  
Program Studi : Keperawatan  
Judul : Hubungan IMT dan Aktivitas Fisik dengan Resiko Kejadian *Osteoporosis* Pada Lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2023

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar hasil pada Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

Padang, September 2023

Pembimbing I

(Ns. Ledia Restipa, M.Kep)

Pembimbing II

(Ns. Rebbi Permata Sari, M.kep)

Disahkan oleh

Ketua STIKes Alifah



(Ns. Asmaul Husna, S.Kep, M.Kep)

## PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Anggresya Putri Malini  
Nim : 1914201009  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul : Hubungan IMT dan Aktivitas fisik dengan Resiko Kejadian *Osteoporosis* pada Lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2023

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji seminar hasil pada Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing I  
Ns. Ledia Restipa, M.Kep

(.....)

Pembimbing II  
Ns. Rebbi Permata Sari, M.Kep.

(.....)

Penguji I  
Ns. Helmanis Suci, M.Kep

(.....)

Penguji II  
Ns. Hidayatul Rahmi, M.Kep

(.....)

Disahkan oleh  
Ketua STUKes Alifah  
PADANG  
Drs. Asmuwati, S.Kep, M.Kep

# SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2023

Anggresya Putri Malini

## Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Resiko Kejadian *Osteoporosis* pada lansia di Puskesmas Andalas kota Padang tahun 2023

xiv + 79 halaman, 15 Tabel, 3 Gambar, 13 Lampiran

### ABSTRAK

Di Puskesmas Andalas kota Padang lebih dari separoh 53,3% lansia beresiko mengalami Osteoporosis sekunder. Hampir separoh 49,3% lansia memiliki IMT kurus yang beresiko mengalami Osteoporosis, dan lebih dari separoh 64% lansia aktivitas fisiknya ketergantungan sedang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik dengan Resiko kejadian *Osteoporosis* pada lansia di Puskesmas Andalas kota Padang tahun 2023.

Jenis penelitian Deskriptif Analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Andalas kota Padang pada bulan 16 Juni - 12 Juli 2023 dan pengumpulan data pada tanggal 16 Juni - 12 Juli 2023. Populasi penelitian ini semua lansia beresiko *Osteoporosis* berjumlah 294 orang dengan pengambilan sampel *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dengan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-Square*.

Hasil penelitian lebih dari separoh 53,3% lansia mengalami *Osteoporosis* sekunder, Hampir separoh 49,3% lansia memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kurus, Lebih dari Separoh 64% lansia melakukan aktivitas fisik mengalami ketergantungan ringan, Ada hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan resiko kejadian *Osteoporosis* ( $p\text{-value}=0,047$ ). Ada hubungan Aktivitas Fisik dengan resiko kejadian *Osteoporosis* ( $p\text{-value}=0,048$ ).

Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas fisik dengan resiko kejadian *Osteoporosis* di Puskesmas Andalas kota Padang tahun 2023. Peneliti menyarankan kepada Kader lansia Puskesmas Andalas kota Padang agar memaksimalkan program posyandu lansia seperti memantau status gizi atau nutrisi sehingga meningkatkan derajat kesehatan lansia.

Daftar Bacaan : 37 (2018-2023)

Kata Kunci : Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, Osteoporosis

# **ALIFAH COLLEGE OF HEALTH SCIENCE PADANG**

*Scription, September 2023*

**Anggresya Putri Malini**

***Relationship between Body Mass Index (BMI) and Physical Activity with the Risk of Osteoporosis in the elderly at the Andalas Health Center in Padang city in 2023***

*xiv+ 79 Pages, 15 tables, 3 pictures, 13 attachments*

## **ABSTRACT**

*At Puskesmas Andalas in Padang more than half 53.3% of the elderly are at risk of secondary osteoporosis. Nearly half 49.3% of the elderly have a thin BMI which is at risk of Osteoporosis, and more than half 64% of the elderly have moderate physical activity dependence. The purpose of this study was to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) and Physical Activity with the Risk of Osteoporosis events in the elderly at the Andalas Health Center in Padang city in 2023.*

*Type of research Descriptive analytic with a cross sectional study approach. The research was conducted at Puskesmas Andalas Padang city on June 16 - July 12, 2023 and data collection on June 16 - July 12, 2023. The population of this research is all elderly at risk of Osteoporosis totaling 294 people with accidental sampling. Data collection using questionnaire sheets with univariate and bivariate analysis using the chi-Square test.*

*The results of the study more than half 53.3% of the elderly had secondary Osteoporosis, Almost half 49.3% of the elderly had a thin Body Mass Index (BMI), More than half 64% of the elderly did physical activity experiencing mild dependence, There is a relationship between Body Mass Index (BMI) with the risk of Osteoporosis ( $p\text{-value}=0.047$ ). There is a relationship between Physical Activity and the risk of Osteoporosis ( $p\text{-value} = 0.048$ ).*

*It can be concluded that there is a relationship between Body Mass Index (BMI) and physical activity with the risk of Osteoporosis incidence at the Andalas Health Center, Padang city in 2023. Researchers suggest that the elderly cadre of Puskesmas Andalas Padang city maximize the elderly posyandu program such as monitoring nutritional status or nutrition so as to improve the health status of the elderly.*

*Reading List : 37 (2018-2023)*

*Keywords : Body Mass Index, Physical Activity, Osteoporosis*