

**GAMBARAN INDEKS MASA TUBUH (IMT), MASSA LEMAK  
DAN MASSA OTOT PADA LANSIA DI UPT. PSTW KHUSNUL  
KHOTIMAH DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU**

**CIK PUAN MAHARANI ISLAM**



**JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
RIAU PEKANBARU  
2024**

### PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Indeks Masa Tubuh (IMT), Massa Lemak dan Massa Otot Pada Lansia Di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.



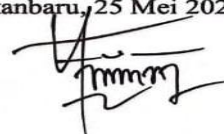
P032113411009

**PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER  
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Indeks Masa Tubuh (IMT), Massa Lemak dan Massa Otot Pada Lansia Di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, 25 Mei 2024



Cik Puan Maharani Islam

P032113411009

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul : Gambaran Indeks Masa Tubuh (IMT), Massa Lemak Dan Massa Otot Pada Lansia Di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau  
Nama : Cik Puan Maharani Islam  
NIM : P032113411009

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

Pembimbing 1 :  
Roziana, SST, M.Gizi



Pembimbing 2 :  
Yessi Marlina, S.Gz, MPH, Dietisien

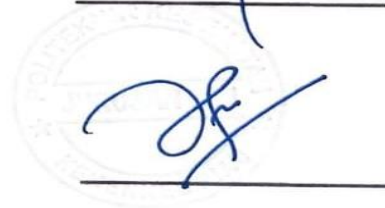


Penguji :  
Yuliana Arsil, M.Farm, Apt



Diketahui oleh

Ketua Jurusan  
Fitri, SP, MKM  
NIP. 198008132006042010



Tanggal Ujian  
25 Mei 2024

Tanggal Lulus

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Indeks Masa Tubuh (IMT), Massa Lemak dan Massa Otot Pada Lansia Di UPT. PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb, MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Fitri, SP, MKM selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau.
3. Roziana, SST, M.Gizi selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik.
4. Yessi Marlina, S.Gz, MPH selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini.
5. Yuliana Arsil, M.Farm, Apt selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis.
7. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 25 Mei 2023

  
Cik Puan Maharani Islam

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>8</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>10</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>11</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>12</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Ruang Lingkup .....	4
1.5 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>5</b>
2.1 Konsep Lansia.....	5
2.2 Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	8
2.3 Massa Otot .....	13
2.4 Massa Lemak .....	16
2.5 Indeks Massa Tubuh dengan Massa Otot dan Massa Lemak .....	18
2.6 Skala Pengukuran Massa Otot dan Massa Lemak .....	19
<b>BAB III KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>20</b>
3.1 Kerangka Konsep.....	20
3.2 Definisi Operasional .....	20
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
4.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	22
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
4.3 Populasi dan Sampel.....	22
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	23
4.5 Teknik dan Pengolahan Data .....	24
4.6 Analisa Data.....	25
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>26</b>
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	26
5.2 Karakteristik Responden.....	27

5.3 Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) Lansia.....	28
5.4 Gambaran Massa Lemak Lansia.....	31
5.5 Gambaran Massa Otot Lansia.....	33
5.6 Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Massa Lemak Lansia .....	35
5.7 Gambaran Indeks Massa Tubuh dan Massa Otot Lansia .....	36
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>39</b>
6.1 Kesimpulan.....	39
6.2 Saran .....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>40</b>

**DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Klasifikasi IMT menurut Starr & Bales tahun 2015 .....	8
Tabel 2. Definisi Operasional .....	20
Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia .....	27
Tabel 4. Distribusi Indeks Massa Tubuh Lansia .....	28
Tabel 5. Distribusi Massa Lemak Lansia .....	31
Tabel 6. Distribusi Massa Otot Lansia .....	33
Tabel 7. Tabulasi Silang Indeks Massa Tubuh dan Massa Lemak .....	35
Tabel 8. Tabulasi Silang Indeks Massa Tubuh dan Massa Otot .....	36



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian .....	20
Gambar 2. Lokasi Penelitian .....	27
Gambar 3. Melakukan pengukuran menggunakan timbangan BIA .....	49
Gambar 4. Melakukan wawancara terkait kesehatan .....	50
Gambar 5. Dapur umum panti sosial Khusnul Khotimah Pekanbaru .....	50
Gambar 6. Surat izin penelitian.....	51
Gambar 7. Surat selesai penelitian .....	52

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Lembar Informed Consent.....	43
Lampiran 2. Formulir Data Responden.....	44
Lampiran 3. Panduan Penggunaan Alat Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) ....	45
Lampiran 4. Master Tabel.....	47
Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan .....	49