

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BUKAN PLAGIAT	iv
RIWAYAT HIDUP PENULIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	5
1.3. Pembatasan Masalah	5
1.4. Rumusan Masalah	6
1.5. Tujuan Penelitian.....	6
1.6. Manfaat Penelitian.....	7
1.7. Keterbaruan Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1. Lanjut Usia.....	12
2.1.1. Pengertian Lansia.....	12
2.1.2. Batasan Umur Lansia.....	12
2.2. Sarkopenia	12
2.3. Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia.....	13
2.3.1. Pengertian	13
2.3.2. Alat dan Metode Pengukuran Kekuatan Genggam Tangan	14
2.3.3. Nilai Kekuatan Genggam Tangan.....	14
2.4. Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia.....	15
2.4.1. Karakteristik Individu	15
2.4.2. Faktor Fisiologis	18
2.4.3. Asupan Energi Protein	24
2.4.4. Asupan Zat Gizi Mikro	28
2.5. Kerangka Teori	35
2.6. Kerangka Konsep.....	36
2.7. Hipotesis	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
3.2. Jenis dan Desain Penelitian.....	33
3.3. Populasi dan Sampel.....	33
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	34
3.5. Instrumen Penelitian	36
3.6. Definisi Konseptual	37
3.7. Definisi Operasional	38
3.8. Pengolahan dan Analisis Data	48
3.8.1 Pengolahan Data	48
3.8.2 Analisis Data.....	49
3.9. Organisasi Penelitian	52
3.10. Biaya Penelitian	53

3.11. Rencana Target Capaian	53
BAB IV HASIL PENELITIAN	54
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	54
4.2. Data Hasil Penelitian.....	54
4.3. Analisis Bivariat.....	60
3.1. Hubungan antara Karakteristik Responden (Usia, Kemandirian), Status Gizi, Massa Otot, Aktivitas Fisik dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu wilayah kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	60
3.2. Hubungan antara Asupan Energi, Protein, Asupan Zat Gizi Mikro (Kalsium, Zat Besi, Zinc) dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	64
BAB V PEMBAHASAN	67
5.1. Hubungan antara Usia dan Kekuatan Genggam Tangan Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	68
5.2. Hubungan antara Tingkat Kemandirian dan Kekuatan Genggam Tangan Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	69
5.3. Hubungan antara Status Gizi dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	70
5.4. Hubungan antara Massa Otot dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Mawar 1 dan 3 Kota Tangerang	72
5.5. Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	73
5.6. Hubungan antara Asupan Energi dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	74
5.7. Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	76
5.8. Hubungan antara Asupan Kalsium dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	77
5.9. Hubungan antara Asupan Zat Besi dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	79
5.10. Hubungan antara Asupan Zinc dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	80
5.11. Keterbatasan Penelitian	81
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keterbatasan Penelitian.....	9
Tabel 2.1 Standar Kekuatan Genggam Tangan Lansia Wanita	15
Tabel 2.2 Klasifikasi Massa Otot (%)	20
Tabel 2.3 Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT	22
Tabel 2.4 Kategori Aktivitas Fisik dan Skor PAR.....	23
Tabel 2.5 Kategori Aktivitas Fisik Berdasarkan Nilai Physical Activity Level	24
Tabel 2.6 Bahan Makanan Sumber Kalsium	30
Tabel 2.7 Bahan Makanan Sumber Zinc.....	32
Tabel 2.8 Bahan Makanan Sumber Zat Besi	33
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
Tabel 3.2 Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi.....	52
Tabel 3.3 Organisasi Penelitian.....	53
Tabel 3.4 Rencana Target Capaian	53
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden.....	55
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Asupan Zat Gizi.....	59
Tabel 4.3 Hubungan antara Karakteristik Responden (Usia, Kemandirian), Status Gizi, Massa Otot, Aktivitas Fisik dan Kekuatan Genggam Tangan Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	61
Tabel 4.4 Hubungan antara Karakteristik Responden (Usia, Kemandirian), Status Gizi, Massa Otot, Aktivitas Fisik dan Kekuatan Genggam Tangan Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	61
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Hubungan Status Gizi dan Kekuatan Genggam Tangan	62
Tabel 4.6 Hubungan antara Asupan Energi, Protein, Asupan Zat Gizi Mikro (Kalsium, Zat Besi, Zinc) dan Kekuatan Genggam Tangan pada Lansia Wanita di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Poris Gaga Lama.....	64