

Fikriyah, Aliyatul. (2013). Pengaruh Pemberian Susu Tempe Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia di Posyandu Widuri Dusun Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Pembimbing

drh. Zulkhah Noor, M.kes

INTISARI

Masa penuaan dapat di pandang sebagai suatu masa dimana individu mengalami penurunan fungsi organ, terutama fisik. Masa peralihan dari dewasa menjadi lansia menimbulkan berbagai masalah, diantaranya masalah nutrisi. Adapun pemenuhan tentang nutrisi untuk meningkatkan fisik khususnya kekuatan otot menjadi hal yang penting. Pemberian susu tempe merupakan suatu minuman yang dapat dikonsumsi pada masa lansia karena mempunyai kandungan gizi yang cukup baik.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji apakah ada pengaruh pemberian susu tempe terhadap kekuatan otot pada lansia.

Metode penelitian adalah *kontrol quasy eksperimen* dengan *pre test* dan *post test*. Sampel penelitian ini adalah lansia yang aktif di Posyandu Widuri. Jumlah sampel sebanyak 20 lansia dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan tehnik *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran kekuatan otot menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT) Penelitian ini dilakukan pada Bulan April sampai Mei 2013. Analisis data menggunakan *Uji Wilcoxon Test*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kekuatan otot pada lansia tidak mengalami perubahan dengan hasil 0,564 ($\text{sig} > 0,05$) pada kelompok kontrol *pre test* dan *post test*. Sedangkan hasil yang didapat pada kelompok eksperimen *pre test* dan *post test* adalah 0,564 ($\text{sig} > 0,05$). Nilai signifikasi pada kelompok kontrol dan eksperimen (*pre test* dan *post test*) menunjukkan bahwa tidak ada terdapat perbedaan kekuatan otot yang signifikan dengan nilai signifikasi $p > 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh susu tempe yang signifikan terhadap kekuatan otot pada lansia.

Kata Kunci: Lansia, Susu Tempe, dan Kekuatan Otot.

Fikriyah, Aliyatul. (2003). The Effect of Tempe Milk Msclc toward The Strength Of Muscle Elderly in Posyandu Widuri Dusun Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta. School of Nursing. Muhammadiyah University of Yogyakarta.

Advisor:

drh. Zulkhah Noor, M.kes

ABSTRACT

Aging period can be viewed as a period in which individuals experience decreased organ function, especially physical. The transition from adult to elderly causes various problems, including nutritional problems. The fulfillment of nutrition to improve muscle strength in particular physical becomes important. Giving Tempe milk is a beverage that can be consumed during the elderly because they have a pretty good nutrient content.

The purpose of this study was to examine the effect of tempe milk on muscle strength in the elderly.

The research method is Quasy Control experiments with pre-test and post test. The sample was elderly who are active in the Posyandu Widuri. The total sample of 20 elderly with sampling techniques using purposive sampling technique. The instrument used to measure muscle strength using the Manual Muscle Testing (MMT) This research was conducted in April and May 2013. Data analysis using Wilcoxon Test.

Results of this study showed that muscle strength in the elderly did not change the results of 0.564 (sig> 0.05) in the control group pre-test and post test. While the results obtained in the experimental group pre-test and post-test is 0.564 (sig> 0, 05). Significant value in the control group and the experimental (pre-test and post-test) showed that there was no significant difference in muscle strength with a significance value of $p > 0.05$.

The results showed that there was no significant effect of soybean milk on muscle strength in the elderly.

Keywords: *Elderly, Tempe Milk and Muscle Strength.*