

Gerakan fisik shalat sebagai prediksi komponen dasar aktivitas fungsional fisik pada usia lanjut = Shalat physical movement as a predictor of the basic components of physical functional activities in the elderly population

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20391140&lokasi=lokal>

Abstrak

[Pendahuluan: Shalat adalah salah satu aktivitas kegiatan sehari-hari yang dilaksanakan oleh umat Islam, termasuk oleh usia lanjut. Beberapa gerakan yang dilakukan adalah berdiri, rukuk, sujud dan duduk. Gerakan-gerakan ini disusun dari komponen-komponen dari hirarki fungsi fisik, yaitu koordinasi gerakan, keseimbangan, kekuatan otot, fleksibilitas, dan ketahanan. Berbagai aktivitas sehari-hari juga terdiri dari komponen dasar tersebut.

Tujuan: Penulis ingin melihat apakah komponen dasar gerakan shalat yang baik dapat menunjukkan komponen dasar aktivitas fungsional fisik yang baik pula pada usia lanjut.

Metode: 120 orang subjek diamati saat melakukan shalat dan dinilai berdasarkan komponen dasarnya. Komponen dasar aktivitas fungsional fisik dinilai dengan uji yang tervalidasi dan sesuai dengan komponen yang ingin dinilai.

Hasil: Usia lanjut yang dapat melakukan gerakan shalat dengan sempurna sebanyak 22 subjek (18,3%). Komponen koordinasi gerakan shalat memberikan prediksi yang baik terhadap koordinasi aktivitas fungsional fisik yaitu 94% (IK 95% 0,88 sampai 0,97). Komponen keseimbangan gerakan shalat memberikan prediksi yang baik terhadap komponen keseimbangan aktivitas fungsional fisik yaitu 100% (IK 95% 0,97 sampai 1,0). Komponen kekuatan otot gerakan shalat memberikan prediksi yang baik terhadap komponen kekuatan otot aktivitas fungsional fisik yaitu 79% (IK 95% 0,6 sampai 0,9). Komponen fleksibilitas gerakan shalat memberikan prediksi yang tidak baik terhadap komponen fleksibilitas aktivitas fungsional fisik 55% (IK 95% 0,45 sampai 0,65). Komponen ketahanan otot gerakan shalat memberikan prediksi yang tidak baik terhadap komponen ketahanan otot aktivitas fungsional fisik yaitu 67% (IK 95% 0,58 sampai 0,75).

Kesimpulan: Komponen koordinasi, keseimbangan dan kekuatan otot gerakan shalat mampu memprediksi komponen koordinasi, keseimbangan dan kekuatan otot aktivitas fungsional fisik pada usia lanjut. Sementara itu, komponen fleksibilitas dan ketahanan otot gerakan shalat tidak dapat digunakan untuk memprediksi komponen fleksibilitas dan ketahanan otot aktivitas fungsional fisik pada usia lanjut.

IK: Interval Kepercayaan, Introduction: Shalat is one of daily main activities that is common to moslems, especially in elderly population. The movements of shalat consisted of standing,

rukuk, sujud (kneeling), and sitting. The movements comprise of basic components of the hierarchy of physical functions, such as coordination, balance, muscle strength, flexibility and endurance. Some of our daily activities also comprise of the basic components.

Objectives: To investigate whether the components found in the movement of shalat can be predictors of the same components in the activities of physical function.

Methods: 120 subjects were enlisted to do shalat and were evaluated based on the five basic components of physical function. The basic components of physical functional activities were evaluated using relevant and validated tools.

Results: There were 22 elderly subjects who performed shalat movements perfectly (18.3%). The coordination component of shalat movement has a positive predictive value of 94% for coordination component of physical functional activities (95% CI 0.88 to 0.97). The balance component of shalat has a 100% positive predictive value for balance component of physical functional activities (95% CI 0.97 to 1.0). The muscle strength component of shalat has a positive predictive value of 79% for muscle strength component of physical functional activities (95% CI 0.6 to 0.9). The flexibility and endurance component of shalat gave a 55% and 67% positive predictive value respectively for flexibility and endurance component of the physical functional activities (95% CI 0.45 to 0.65 and 0.58 to 0.75, respectively).

Conclusion: Coordination, balance, and muscle strength components of shalat are good predictors for coordination, balance, and muscle strength components of physical functional activities in elderly population. On the other hand, flexibility and muscle endurance components are not significant predictors for flexibility and muscle endurance components of physical functional activities in elderly population.

CI: Confidence Interval]