

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia yaitu komponen dari runtunan proses tumbuh kembang. Semua manusia lahir tentu tidak langsung menjadi tua, namun semua manusia memulai kehidupan diawali dengan usia bayi kemudian masa anak-anak lalu dewasa dan akhirnya menjadi tua atau biasa disebut dengan lansia (Azizah, 2011). Penduduk usia lanjut biasanya mempunyai fisik ataupun non fisik yang keadaannya telah banyak mendapat penyusutan dampak dari proses alamiah yang biasa disebut sebagai proses menua atau *aging*. Darmojo (2015) mengemukakan proses menjadi tua atau *aging* merupakan suatu prosedur alamiah yang diikuti adanya penyusutan keadaan jasmani, psikis ataupun kemasyarakatan yang sama-sama berhubungan satu dengan yang lainnya.

Badan Pusat Statistik (2020) mencatat pada rentang waktu kurang lebih 5 dekade, presentase lansia di Indonesia bertambah sekitar dua kali lebih banyak (1971-2020), yaitu menjadi 9,92% atau sekitar 26 juta jiwa. Lansia atau penduduk yang usianya mencapai 60 tahun atau bahkan lebih dari 60 tahun di provinsi Jawa Tengah menempati urutan ke dua dalam struktur penduduk tua. Pada tahun 2019 jumlah populasi lansia di Jawa Tengah mencapai 4,68 juta jiwa atau sebesar 13,48% Badan Pusat Statistik (2020). Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten (2018) memaparkan berdasarkan hasil angka proyeksi penduduk sampai 2018 total lansia terus menerus mengalami pertambahan sampai pada tahun 2018 menduduki angka 188.552 jiwa atau sebesar 16,31 persen. Puskesmas Klaten Selatan menyatakan bahwa per bulan Februari 2021 ini jumlah lansia yang ada di kawasan kerja Puskesmas Klaten Selatan sebanyak 7.956 jiwa. Desa Trunuh memiliki jumlah lansia sebanyak 554 orang lansia (Puskesmas Klaten Selatan, 2021) .

Badan Pusat Statistik (2020) memaparkan bertambahnya jumlah penduduk dan usia harapan hidup lansia bisa menyebabkan berbagai masalah antara lain yaitu mulai dari masalah psikologis, masalah fisiologis, masalah sosial ekonomi sampai dengan masalah kesehatan salah satunya kebutuhan zat gizi para lansia mengalami penurunan. Perilaku makan akan mempengaruhi zat zat gizi dan nutrisi yang masuk

ke dalam tubuh untuk proses peningkatan kualitas hidupnya yang akan berpengaruh terhadap kondisi status gizi serta Proses penuaan yang sehat. Oleh karena itu kesehatan manusia perlu diperhatikan karena lansia adalah kelompok umur yang sangat rentan mengalami Berbagai gangguan kesehatan. Penyakit yang selama ini selalu dikaitkan dengan proses penuaan sebenarnya tidak benar disebabkan oleh proses menua itu sendiri. Penyakit tersebut lebih disebabkan oleh faktor luar yang berkepanjangan salah satunya perilaku makan atau asupan gizi pada lansia (Qurniawati, 2018).

(Angraini et al., 2014) memaparkan Indonesia saat ini mengalami permasalahan beban ganda dalam menghadapi masalah gizi. dimana ketika permasalahan gizi kurang belum teratasi, muncul permasalahan baru yaitu permasalahan gizi lebih. Gizi kurang banyak dihubungkan dengan penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih sering dianggap sebagai sinyal awal dan munculnya keluhan penyakit penyakit degeneratif atau non infeksi yang sekarang banyak di Indonesia.

Prevalensi malnutrisi pada lansia yang berada di rumah sakit, panti jompo ataupun dalam program perawatan di rumah / *nursing home care* telah mencapai level yang signifikan yaitu sebesar 15-60%. Orang-orang yang umumnya menderita kekurangan gizi makro dan mikro akan memiliki respon sistem dan fungsi imun yang rendah. Penurunan asupan kalori total dan zat gizi esensial lainnya pada lansia dapat meningkatkan risiko penyakit dan infeksi. Infeksi dapat menyebabkan metabolisme dan meningkatkan kebutuhan zat gizi, yang apabila tidak terpenuhi maka akan menurunkan berat badan dan merubah status gizi lansia menjadi tingkat yang lebih rendah (Angraini et al., 2014).

Sjahrani dan Yuilanti (2018) memaparkan masalah status gizi lansia disebabkan karena lansia yang mengalami keluhan tidak nafsu makan karena makanan yang tidak variatif dan juga karena penurunan indera penciuman, perasa, sulit menelan karena perubahan fisiologis pada sekresi saliva dan sulit mengunyah karena mengalami gigi tanggal atau ompong. Teori yang dipaparkan oleh Darmojo (2015) status gizi bukan hanya dipengaruhi oleh asupan karbohidrat saja melainkan banyak faktor yang mempengaruhinya salah satunya yaitu jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan, faktor lingkungan, riwayat penyakit dan perubahan fisiologis.

Nurfantri & Yuniar (2016) menyatakan lanjut usia banyak mengalami perubahan baik perubahan struktur dan fungsi tubuh, kemampuan kognitif, maupun Perubahan status mental. perubahan struktur dan fungsi tubuh pada lanjut usia terjadi hampir di semua sistem tubuh seperti sistem sistem saraf, pernapasan, endokrin, kardiovaskuler, dan muskuloskeletal. Salah satu perubahan struktur dan fungsi terjadi pada sistem gastrointestinal. Dalam suatu penelitian perubahan pada sistem gastrointestinal dapat menyebabkan penurunan efektifitas zat-zat nutrisi atau gizi sehingga dapat menyebabkan permasalahan gizi yang khas pada lanjut usia.

(Akbar et al., 2020) memaparkan dampak dari permasalahan gizi ialah defisiensi nutrisi, penurunan berat badan, kelelahan, dan tidak berenergi, kehilangan massa dan kekuatan otot, daya ingat melemah, kerentanan, mudah sakit, dan perlu waktu lama untuk sembuh. Cadangan gizi manusia yang habis sebagai akibat dari kecukupan asupan gizi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Ketidacukupan nutrisi diakibatkan dari gangguan dalam proses pencernaan makanan, pencernaan, atau penyerapan. Hal ini dapat terjadi akibat ketidakmampuan untuk mengkonsumsi nutrisi yang memadai dan ketidakmampuan untuk mencerna nutrisi.

Persoalan gizi yang timbul pada orang lanjut usia bisa berupa kurang gizi atau kelebihan gizi dapat memperparah keadaan fungsional dan kesehatan jasmani. Hal ini menunjukkan pentingnya status gizi yang normal pada lansia. Di Indonesia lansia yang tinggal di daerah perkotaan mengalami status gizi kurang sebesar 3,4%, berat badan kurang 28,3% berat badan lebih 6,7 %, obesitas 3,4%, dan berat badan seimbang 42,4% (Ode et al., 2018). Untuk mengurangi tingkat permasalahan gizi pada lansia dapat dilakukan dengan upaya pengukuran status gizi pada lansia salah satunya dengan menghitung Indeks Massa Tubuh atau IMT. Riset status gizi ialah prosedur yang dipakai untuk mengetahui status gizi, mengidentifikasi malnutrisi atau sering disebut defisit gizi atau gizi yang berlebih dan menentukan macam diet atau menu hidangan yang wajib dibagikan pada seseorang (Dede Nasrullah, 2016). Terdapat beberapa teknik penilaian status gizi yaitu, salah satunya adalah penelitian secara langsung. Lalu salah satu metode penelitian secara langsung yaitu pengukuran antropometri untuk mengetahui angka atau presentase dari Indeks Massa Tubuh (IMT).

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah salah satu indeks antropometri sederhana untuk memonitor status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. IMT merupakan nilai yang diambil dari perhitungan hasil bagi antara berat badan dalam satuan kilogram dibagi dengan kuadrat dari tinggi badan dalam satuan meter (Ariani, 2017).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten yang mengalami masalah status gizi IMT lansia di Kabupaten Klaten pada enam bulan terakhir yaitu bulan September 2020-Februari 2021 secara keseluruhan didapatkan prevalensi IMT kurang sejumlah 1.346 jiwa dan untuk IMT lebih sejumlah 1.288 jiwa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 2 Maret 2021 di Desa Trunuh Klaten Selatan didapatkan hasil data lansia total 554 orang dengan laki-laki 249 orang dan perempuan 305 orang. Sebelumnya telah dilakukan wawancara pada bidan desa, dan didapatkan pada 10 lansia diantaranya terdapat 6 lansia yang mengalami penurunan berat badan dan penurunan nafsu makan.

Berdasarkan uraian dan fenomena yang terjadi peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Status Gizi Pada Lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Bertambahnya jumlah penduduk dan usia harapan hidup lansia bisa menyebabkan berbagai masalah antara lain yaitu mulai dari masalah psikologis, masalah fisiologis, masalah sosial ekonomi sampai dengan masalah kesehatan salah satunya kebutuhan zat gizi para lansia mengalami penurunan (Badan Pusat Statistik, 2020). Ode et al., (2018) memaparkan persoalan gizi yang timbul pada orang lanjut usia bisa berupa kurang gizi atau kelebihan gizi dapat memperparah keadaan fungsional dan kesehatan jasmani. Masalah kurang gizi pada lansia yang ditemui di Desa Trunuh adalah adanya penurunan berat badan dalam tiga bulan terakhir. Berdasarkan permasalahan yang ada ditempat penelitian, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: “bagaimana gambaran status gizi pada lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk memberikan gambaran status gizi pada lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan umur lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan
- b. Mendeskripsikan jenis kelamin lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan
- c. Mendeskripsikan pekerjaan lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan
- d. Mendeskripsikan pendidikan lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan
- e. Mendeskripsikan status perkawinan lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan
- f. Mendeskripsikan status gizi lansia di Desa Trunuh Klaten Selatan

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi landasan dalam pengembangan ilmu keperawatan dan sebagai media dalam menambah pengetahuan ilmiah dibidang pendidikan dan kesehatan serta menambah pengetahuan pembaca bahwa gambaran status gizi pada lansia terhadap upaya penanggulangan malnutrisi lansia di Posyandu Trunuh.

2. Manfaat Praktis

a. Puskesmas

Sebagai tambahan serta masukan kepada pihak pelayanan kesehatan yaitu posyandu untuk memberikan informasi dalam upaya menurunkan angka malnutrisi di Puskesmas Trunuh dan dapat menjadi pertimbangan serta masukan untuk instansi terkait dalam merencanakan upaya penanggulangan resiko malnutrisi pada lansia di Puskesmas Trunuh.

b. Keluarga

Penelitian ini untuk keluarga diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi bagi keluarga tentang pentingnya penanggulangan resiko malnutrisi pada lansia dan dapat memotivasi keluarga untuk melakukannya.

c. Lansia

Memberikan informasi pada lansia tentang pentingnya menjaga asupan nutrisi guna menjaga keseimbangan status gizi.

d. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan masalah status gizi pada lansia. Selain itu dapat dimodifikasi dengan penambahan variable.

E. Keaslian Penelitian

1. Ode et al., (2018) meneliti tentang “*Analisis Status Gizi Lansia Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Mini Nutritional Assesment (MNA)*” Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis status gizi pada lanjut usia berdasarkan indeks massa tubuh dan *Mini Nutritional Assessment* di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Gau Mabaji Gowa. Metode penelitian ini kuantitatif dengan desain deskriptis *Cross Sectional*, Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *Purposive Sampling* dan analisis data menggunakan Analisis data univariat dan analisis bivariate. Hasil penelitian menunjukkan status gizi berdasarkan *Indeks Massa Tubuh (IMT)* yaitu 67.5% lansia memiliki status gizi normal, 17.5% lansia memiliki status gizi kurang dan 15% memiliki status gizi lebih. Status gizi menggunakan *Mini Nutritional Aessment (MNA)* didapatkan data bahwa 42.5% lansia memiliki risiko malnutrisi dan 57.5% yang mengalami nutrisi baik. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian diatas terletak pada sampel, analisa data, tempat penelitian, dan alat ukur. Sampel penelitian lansia yang ada di Desa Trunuh Klaten Selatan yang digunakan untuk mengetahui status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Instrument yang digunakan data demografi. Melalui wawancara singkat. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*.
2. Danang, Ade (2014) meneliti tentang “*Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Di Panti Werdha Rindang Asih III Kecamatan Boja*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan IMT dengan kekuatan genggaman tangan, kekuatan otot punggung, kekuatan otot tungkai, kekuatan otot total relatif di Panti Wredha Rindang Asih III Kecamatan Boja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey test* dan penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif koresional. Teknik pengambilan sampel diperoleh melalui teknik *purposive sampling dan* teknik analisis data menggunakan analisis korelasi. Hasil penelitian: 1) uji

hubungan IMT dengan kekuatan otot genggam tangan diperoleh (r -hitung = 0,358), 2) uji hubungan IMT dengan kekuatan otot punggung diperoleh (r -hitung = 0,324), 3) uji hubungan IMT dengan kekuatan otot tungkai diperoleh (r -hitung = 0,348), 4) uji hubungan IMT dengan kekuatan otot total relatif diperoleh (r -hitung = 0,209), sedangkan r -tabel sebesar 0,514. Simpulan penelitian tidak terdapat hubungan IMT dengan kekuatan otot pada lansia. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian diatas terletak pada sampel, analisa data, tempat penelitian, dan alat ukur. Sampel penelitian lansia yang ada di Desa Trunuh Klaten Selatan yang digunakan untuk mengetahui status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Instrument yang digunakan data demografi. Melalui wawancara singkat. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*.

3. Nurjannah et al., (2018) meneliti tentang “*Hubungan Asupan Makronutrient, Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Aktivitas Fisik Dengan Kesehatan Jasmani Pada Lansia*”. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola konsumsi dan aktivitas fisik terhadap status gizi pada lansia. Jenis penelitian ini adalah Observasional kuantitatif, Metode yang digunakan adalah *cross sectional* dan pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *consecutive sampling*. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecukupan protein ($p = 0,002$) dan aktivitas fisik ($p = 0,0001$) dengan kesehatan jasmani pada lansia dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecukupan energi ($p = 0,361$) dan IMT pada kategori responden kurus normal ($p = 0,369$) dan gemuk obesitas ($p = 0,748$) dengan kesehatan jasmani pada lansia di Posyandu Lansia Bumi Asri RW IV Kelurahan Sambiroto Kecamatan Tembalang. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian diatas terletak pada sampel, analisa data, tempat penelitian, dan alat ukur. Sampel penelitian lansia yang ada di Desa Trunuh Klaten Selatan yang digunakan untuk mengetahui status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Instrument yang digunakan data demografi. Melalui wawancara singkat. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*.

