

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lansia atau lanjut usia merupakan salah satu bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan berakhir menjadi tua dengan perubahan fisik dan tingkah laku. Lansia merupakan tahap terakhir dalam kehidupan manusia, yang mana setiap manusia yang lahir ke dunia pasti akan melalui tahap ini. Lansia merupakan proses menua atau penuaan. Kejadian penuaan pada penduduk menjadi hal yang perlu diperhatikan di Indonesia. Semakin tingginya harapan hidup di Indonesia, belum tentu lansia yang hidup lama memiliki kondisi Kesehatan yang sehat. Lansia lebih berisiko mengalami masalah kesehatan dikarenakan penurunan fungsi tubuh akibat dari proses penuaan secara bertahap (Nurmalasari, 2021).

Penuaan secara biologis diakibatkan oleh berbagai kumpulan molekuler dan seluler dari waktu ke waktu. Hal tersebut mengakibatkan penurunan secara bertahap dalam kapasitas fisik dan mental, kenaikan resiko penyakit dan kematian. Transformasi/perubahan tersebut tidak konsisten, dan hanya sedikit terkait dengan usia seseorang dalam beberapa tahun. Selain perubahan secara biologis, penuaan sering dihubungkan dengan perubahan kehidupan lainnya seperti pensiun, relokasi perumahan yang lebih layak, serta kematian teman dan pasangan (WHO, 2022).

Proses menua adalah salah satu siklus hidup dimana kemampuan jaringan tubuh untuk mempertahankan struktur dan fungsi normal hilang secara perlahan yang dialami oleh setiap manusia (Sadondang & Komalasari, 2018). Bertambahnya usia akan menyebabkan perubahan dari lansia. Perubahan yang terjadi pada lansia meliputi perubahan fisik, perubahan kognitif, perubahan emosi, perubahan psikososial, sistem sensorik, dan sistem muskuloskeletal. Perubahan fisiologis pada sistem muskuloskeletal meliputi penurunan kekuatan otot, penurunan fleksibilitas, penurunan elastisitas dan penurunan gerak sendi yang dapat meningkatkan risiko jatuh pada lansia (Yudiansyah, 2020).

Lansia yang mengalami proses menua selain mengalami perubahan pada sistem muskuloskeletal juga akan menyebabkan perubahan di sistem gastrointestinal atau

pencernaan. Perubahan sistem pencernaan pada lansia diantaranya adalah perubahan dalam usus besar, penurunan sekresi mukus pencernaan, penurunan keelastisitasan dinding rektum, dan peristaltik kolon yang melemah, dan peningkatan kelokan-kelokan pembuluh darah rektum (Sitorus & Malinti, 2019).

Dampak perubahan sistem muskuloskeletal yaitu terjadi penurunan kekuatan otot dan penurunan massa otot. Penurunan kekuatan otot dapat menimbulkan penurunan kemampuan fungsional pada lansia karena kekuatan otot mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Penurunan kekuatan otot pada ekstremitas atas dapat menyebabkan lansia tidak dapat memegang cangkir atau gelas dengan baik, tidak dapat memegang dan mengangkat barang yang berat sedangkan. Penurunan kekuatan pada ekstremitas bawah dapat mengakibatkan gerakan menjadi lamban dan kaku, langkah menjadi pendek-pendek, kaki tidak dapat menapak dengan kuat, mudah goyah, serta berdiri menjadi tidak stabil yang dapat menimbulkan risiko mudah jatuh (Hartinah et al., 2019).

Penurunan fisik umum dialami lansia, misalnya penurunan sistem imun yang cenderung menurun, penurunan sistem integumen yang menyebabkan kulit mudah rusak, perubahan postur tubuh, perubahan elastisitas arteri pada sistem kardiovaskular yang dapat memperberat kerja jantung, penurunan metabolisme oleh hati dan ginjal, serta penurunan tersebut akan menyebabkan berbagai gangguan secara fisik yang ditandai dengan ketidakmampuan lansia untuk beraktivitas atau melakukan kegiatan yang tergolong berat sehingga mempengaruhi kesehatan pada lansia (Kaunang et al., 2019). Aktivitas fisik merupakan kegiatan badan yang bergerak disebabkan oleh otot rangka serta menaikan keluarnya energi serta kekuatan. Untuk mendapatkan manfaat kesehatan dari aktivitas fisik sebaiknya dilakukan selama 30 menit per hari (150 menit per pekan) secara teratur (Rahmala et al., 2022). (Kusumo, 2020) mengatakan aktivitas fisik dibagi menjadi beberapa jenis yaitu aktivitas fisik berat, sedang, dan ringan. Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik seseorang antara lain umur, jenis kelamin, pola makan, serta penyakit atau kelainan.

Aktivitas fisik pada lansia harus disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi lansia dikarenakan perbedaan daya tahan tubuh setiap lansia. Bertani, berkebun, dan berjalan menaiki anak tangga merupakan aktifitas fisik yang dilakukan oleh lansia. Aktivitas lansia dapat diukur melalui (*frequency*), seberapa banyak usaha yang digunakan selama aktivitas (*intensity*), seberapa lama aktivitas yang dilakukan (*time*), dan jenis aktivitas apa yang

dilakukan (*type*) (Amri Al Mubarroq, 2022). Tren lansia baru-baru ini malah mengurangi aktivitas fisiknya karena mereka merasa aktivitas fisik seperti olahraga tidak cocok dengan gaya hidup mereka, meskipun ada diantara mereka sadar akan manfaatnya (Nurámalia, 2022).

Aktivitas fisik yang kurang akan menyebabkan lansia mengalami kelebihan berat badan. Berat badan berlebih disebabkan peningkatan timbunan energi dalam bentuk jaringan lemak, biasanya pada rongga perut atau pinggul, akibat penurunan penggunaan energi. Pada lansia yang aktivitas fisiknya menurun, asupan energi harus dikurangi untuk mencapai keseimbangan energi dan mencegah terjadinya obesitas, karena salah satu faktor yang menentukan berat badan seseorang adalah keseimbangan antara masukan energi dengan keluaran energi (Faridi et al., 2020). Lansia yang melakukan aktivitas fisik rutin akan mendapatkan dampak positif, mulai dari meningkatkan kepadatan tulang, mengurangi penimbunan lemak, peningkatan indeks massa tubuh, menurunkan risiko terjadinya kerusakan sistem muskuloskeletal, menurunkan risiko untuk perkembangan penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit kronis yang lainnya (Larasati & Boy, 2019).

Penurunan aktivitas fisik dapat menyebabkan lansia menjadi stress, gejala stress fisik seperti sakit kepala, nyeri otot, sakit punggung, rasa lemah, gangguan pencernaan, rasa mual atau muntah-muntah, sakit perut, nafsu makan hilang atau selalu ingin makan, jantung berdebar-debar, sering buang air kecil, tekanan darah tinggi, tidak dapat tidur atau tidur berlebihan, berkeringat secara berlebihan dan sejumlah gejala lain (Kaunang et al., 2019).

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara supan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh (Priyo Harjatmo et al., 2017). Status gizi dikatakan baik jika pola makan dari lansia seimbang yaitu asupan, frekuensi dan jenis makanan yang dikonsumsi harus sesuai dengan kebutuhan tubuh. Bila konsumsi makanan melebihi kebutuhan, tubuh akan mengalami kegemukan. Sebaliknya, asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan, tubuh akan menjadi kurus dan sakit-sakitan. Kegemukan juga tidak berarti sehat karena dapat memacu timbulnya berbagai penyakit. Status gizi kurang atau status gizi lebih akan berdampak kurang baik terhadap kesehatan tubuh. Kedua keadaan tersebut dinamakan status gizi abnormal (Pratiwi & Muin, 2019).

Masalah gizi yang berlebih dapat memicu timbulnya penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, diabetes melitus, batu empedu, rematik, ginjal, sirosis hati, dan kanker. Sedangkan masalah gizi kurang juga banyak terjadi seperti malnutrisi, kurang energi kronis, anemia, dan kekurangan zat mikro lainnya (Royke & Langingi, 2021). Malnutrisi pada lansia umumnya berupa gizi lebih dan gizi kurang. Malnutrisi pada lansia dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan diantaranya penurunan sistem kekebalan tubuh, peningkatan risiko infeksi, penyembuhan luka yang lebih lama, kelemahan otot yang dapat menyebabkan jatuh dan patah tulang, serta penurunan nafsu makan. Gizi lebih pada lansia juga dapat memicu terjadinya penyakit degeneratif seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, dan diabetes mellitus. Gizi kurang pada lansia berhubungan dengan penurunan kemampuan fungsional dan peningkatan mortalitas (Dwi Astiti, 2019).

Jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia terus meningkat di setiap negara di dunia. Pada tahun 2050, populasi dunia yang berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dua kali lipat (2,1 miliar). Jumlah penduduk berusia 80 tahun ke atas diperkirakan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050, menjadi 426 juta orang. Meskipun pergeseran distribusi penduduk suatu negara ke arah populasi yang lebih tua (dikenal sebagai populasi menua) dimulai di negara-negara berpenghasilan tinggi (seperti Jepang, di mana 30% penduduknya berusia di atas 60 tahun), hal ini kini terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah, negara dan wilayah. Tengah. Negara-negara dengan pendapatan tertinggi mengalami perubahan terbesar. Pada tahun 2050, dua pertiga populasi dunia yang berusia di atas 60 tahun akan tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2022a)

Angka lansia mandiri sebesar 74,3% dan ketergantungan ringan sebesar 22%. Masyarakat dewasa di Indonesia memiliki status nutrisi kurang (kurus) sebesar 9,3% sedangkan untuk obesitas (kelebihan nutrisi) sebesar 21,8%. Lansia yang kurus sebesar 40,6% hal ini mengalami penurunan menjadi 32,4% pada tahun 2018. Sedangkan untuk kelebihan nutrisi (obesitas) lansia sebesar 18,1% pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan ditahun 2018 sebesar 20,4% (Risksdas, 2018).

Risksdas tahun 2018 menunjukkan prosentase status gizi pada lansia di Indonesia yang kurus adalah sebanyak 11,7% untuk usia 60-64 tahun kurus dan 29,7% untuk usia diatas 65 tahun secara berturut-turut adalah sebanyak 19,3% dan 11,9% (Kemenkes RI, 2018). Prosentase data penduduk lansia di Jawa Tengah meningkat menjadi 12,15% dari

10,34% berdasarkan hasil SP2010. Tahun 2020 Jawa Tengah memasuki era aging population yaitu ketika persentase penduduk usia 60 tahun keatas mencapai 10% keatas (Dinkes Jateng, 2020). Hasil dari Riskesdas 2018 lansia di wilayah Jawa Tengah menunjukkan persentase lansia sebesar 15% (Sri Rahayu, 2022). Setelah dilakukan proyeksi jumlah penduduk lansia di Kabupaten Klaten, ternyata mengalami peningkatan jumlah untuk lansia. Pada tahun 2014 jumlah lansia sebesar 169.255 jiwa atau 14,67%. Berdasarkan hasil angka proyeksi penduduk hingga 2018 lansia mengalami kenaikan sebesar 188.552 jiwa atau 16,31% (Nurhidayati et al., 2023).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di posyandu lansia desa Bawukan pada 4 sampai 8 desember 2023, didapatkan data dari bidan desa dan kader posyandu lansia bahwa kegiatan posyandu lansia rutin dilaksanakan setiap 1 bulan sekali. Pelayanan yang diberikan kepada lansia disaat mengikuti kegiatan posyandu yaitu pengukuran berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lila, pengukuran tekanan darah, pemberian makanan tambahan yang bertujuan untuk meningkat status gizi lansia, dan pelaksanaan senam lansia setiap 1 bulan sekali yang diikuti oleh seluruh anggota posyandu lansia. Bidan dan kader posyandu lansia menjelaskan jika lansia yang mengikuti posyandu rata-rata tercatat memiliki berat badan yang kurang dari normal. Hasil observasi secara langsung oleh peneliti dan ditemani oleh kader posyandu, IMT lansia 17 sampai 19, bentuk tubuh lansia mengalami perubahan dibagian punggung (bungkuk) dan cara berjalan lansia juga mengalami penurunan, lansia banyak mengeluhkan jika mengalami penurunan nafsu makan, sering merasa mual, nyeri pada kaki, berat badan menurun, tekanan darah tinggi, nyeri disertai pusing di leher belakang, pendengaran dan penglihatan menurun, lansia juga mengatakan masih banyak yang bekerja di ladang dan menjadi pembuat gula jawa.

## **B. Rumusan Masalah**

Penuaan secara biologis diakibatkan oleh berbagai kumpulan molekuler dan seluler dari waktu ke waktu. Hal tersebut mengakibatkan penurunan secara bertahap dalam kapasitas fisik dan mental, kenaikan resiko penyakit dan kematian. Status gizi pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor lingkungan, asupan makanan, penyakit, aktifitas fisik dan kondisi mental lansia. Aktivitas fisik dapat mempengaruhi status gizi

dimana lansia yang melakukan aktivitas fisik yang tinggi akan mengalami penurunan nafsu makan dikarenakan karena kelelahan, dan lansia yang melakukan aktivitas fisik kurang harus diimbangi dengan pengurangan kalori untuk mengurangi risiko obesitas, dimana dapat terjadi obesitas dikarenakan asupan energi masuk lebih besar dari asupan energi keluar yang mana sisa energi dapat menumpuk dan meningkatkan jumlah lemak pada lansia. Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah ” Apakah ada Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Lansia Di Desa Bawukan Kemalang Klaten? ”.

### **C. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada lansia di Desa Bawukan Kemalang Klaten.

#### **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Mendeskripsikan karakteristik yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, pekerjaan, berat badan dan tinggi badan lansia di Desa Bawukan Kemalang Klaten.
- b. Mendeskripsikan aktivitas fisik pada lansia di Desa Bawukan Kemalang Klaten.
- c. Mendeskripsikan status gizi pada lansia di Desa Bawukan Kemalang Klaten.
- d. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada lansia di Desa Bawukan Kemalang Klaten.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai sumber bacaan / literasi tentang aktivitas fisik dan status gizi pada lansia di perpustakaan kampus bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten.

#### **2. Manfaat Praktis**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

a. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada instansi kesehatan yaitu puskesmas, dimana penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam menentukan program kesehatan yang berkaitan dengan aktivitas fisik dan status gizi lansia.

b. Bagi Instansi Pendidikan (Universitas)

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk menambah pengetahuan tentang status gizi lansia atau sumber bacaan di perpustakaan bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi tentang aktivitas fisik dan status gizi pada lansia bagi perawat puskesmas, diharapkan dapat membantu perawat dalam menentukan asuhan keperawatan pada lansia, promosi kesehatan, dan program kesehatan kepada lansia.

d. Bagi keluarga lansia

Hasil penelitian ini dapat memberi informasi serta menambah wawasan tentang aktivitas fisik dan status gizi pada keluarga lansia, sehingga keluarga lansia dapat memiliki pemahaman yang lebih baik dan dapat mengantisipasi faktor risiko yang mempengaruhi masalah kesehatan yang dialami oleh lansia sebagai calon responden.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lain dalam penelitian selanjutnya mengenai hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada lansia. Serta dapat memperdalam penelitian pada faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada lansia.

## **E. Keaslian Penelitian**

1. (Punama & Suhada, 2019) Tingkat Aktivitas Fisik Lansia di Provinsi Jawa Barat, Indonesia.

Aktivitas fisik dapat meningkatkan kesehatan dan mengurangi risiko beberapa penyakit, dan yang paling terpenting adalah dapat meningkatkan kualitas hidup

seseorang. Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kegiatan fisik pada lansia di panti jompo di Provinsi Jawa Barat. Metode: Penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilakukan di dua panti jompo di Provinsi Jawa Barat Indonesia dengan menggunakan tehnik total sampling. Aktifitas fisik lansia di ukur dengan menggunakan *International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF)* versi bahasa Indonesia. Hasil: Penelitian ini melibatkan 58 lansia, dan jumlah lansia pria dan wanita sama jumlahnya (50%). Tingkat pendidikan yang paling umum dicapai oleh peserta adalah Sekolah Dasar (41,4%) dan tidak memiliki pendidikan (37,9%). Mayoritas peserta memiliki aktivitas fisik sedang (77,6%), dan hanya 15,5% memiliki aktivitas fisik yang rendah. Kesimpulan: Panti Jompo memiliki banyak kegiatan yang tersedia untuk para lansia, namun, masih ada beberapa lansia yang tidak berpartisipasi dalam program yang ada di panti. Dengan ini penyedia layanan kesehatan harus merancang kegiatan yang lebih tepat untuk meningkatkan jumlah partisipasi lansia dalam kegiatan/olahraga sehari-hari.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada variabel penelitian (variabel bebas yaitu aktifitas fisik dan variabel terikat yaitu status gizi), tempat penelitian yaitu di Desa Bawukan Kemalang Klaten. Sampel penelitian lansia yang mengikuti posyandu lansia desa Bawukan. Desain penelitian yang digunakan adalah metode kuantatif korelasional dengan pendekatan *Crosssectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Acidental Sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument pengukuran aktivitas fisik yaitu *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* sedangkan instrument pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Untuk Analisa data menggunakan uji *Kendall's Tau*.

2. (Catur Utami, D., Nurhidayati, I., Pramono, C., Winarti, A., 2021) Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Usia 60-69 Tahun Di Desa Sudimoro Kecamatan Tulung Kabupaten Klaten.

Lanjut usia merupakan individu yang usianya sudah 60 (enam puluh) tahun ke atas. Perubahan fisik yang cenderung mengalami penurunan pada lansia akan menyebabkan berbagai gangguan secara fisik ditandai dengan ketidakmampuan lansia dalam beraktivitas fisik atau melakukan kegiatan sehingga mempengaruhi kesehatan dan akan berdampak pada kualitas hidup lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan

aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia usia 60-69 tahun di desa Sudimoro. Desain penelitian ini menggunakan Kuantitatif Korelasional dengan pendekatan *Crosssectional*. Jumlah populasi penelitian ini yaitu 256 lansia yang berusia 60-69 tahun. Sampel penelitian ini yaitu 72 lansia dengan teknik pengambilan (*simple random sampling*). Alat pengambilan data dengan menggunakan kuesioner *International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF)* untuk aktivitas fisik dan kuesioner *World Health Organization Quality Of Life Old (WHOQL-OLD)* untuk kualitas hidup lansia. Analisa data menggunakan Kendall Tau. Hasil penelitian menunjukkan 55,6% lansia memiliki kategori aktivitas sedang, dan 54,2% lansia memiliki kategori kualitas hidup tinggi. Hasil uji Kendall Tau menunjukkan bahwa adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia usia 60-69 tahun dengan nilai P value =0,004;  $\alpha = 0,05$ . Kesimpulan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia usia 60-69 di desa Sudimoro, kecamatan Tulung, kabupaten Klaten.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada variabel penelitian (variabel bebas yaitu aktifitas fisik dan variabel terikat yaitu status gizi), tempat penelitian yaitu di Desa Bawukan Kemalang Klaten. Sampel penelitian lansia yang mengikuti posyandu lansia desa Bawukan. Desain penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument pengukuran aktivitas fisik yaitu *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* sedangkan instrument pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT).

3. (Hartini, D. A., Dewi, N. U., Aiman, U., Nurulfuadi, N., Ariani, A., & Fitriyah, S. I, 2022) Hubungan Aktivitas Fisik dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Remaja Pasca Bencana di Kota Palu

Bencana gempa bumi, tsunami dan likuifaksi di Kota Palu berdampak pada masyarakat di segala aspek kehidupan, termasuk kondisi gizi pada remaja. Masalah gizi sangat rentan terjadi pada masa ini. Remaja berada pada fase pertumbuhan yang pesat, sehingga membutuhkan zat gizi yang jumlahnya relatif lebih besar. Masalah gizi yang sering ditemukan pada remaja adalah gizi kurang yang kemudian diperkuat dengan kondisi pasca bencana di Kota Palu yang memungkinkan kurangnya ketersediaan pangan. Selain itu, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi merupakan faktor yang mempengaruhi

status gizi. Penelitian ini ingin melihat hubungan antara aktivitas fisik dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada remaja pasca bencana di Kota Palu. Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional yang dilaksanakan di SMA Negeri 4 Palu dengan populasi seluruh siswa kelas X dan XI serta sampel sebanyak 180 siswa. Hasil yang diperoleh yaitu aktivitas fisik responden lebih besar pada kategori sedang (60,6%) dan pengetahuan gizi responden lebih tinggi pada kategori kurang (90%). Berdasarkan hasil dari uji statistik, diperoleh adanya hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi remaja serta tidak adanya hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dan status gizi remaja. Asupan energi yang berlebih jika tidak diimbangi dengan pengeluaran energi melalui aktivitas fisik maka akan berpengaruh pada penambahan berat badan yang juga mempengaruhi status gizi. Pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi, sehingga perlu menilai berbagai faktor lain yang mungkin berhubungan dengan status gizi remaja di wilayah pasca bencana untuk merancang intervensi yang tepat memperbaiki status gizi pada remaja.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada variabel penelitian (variabel bebas yaitu aktifitas fisik dan variabel terikat yaitu status gizi), tempat penelitian yaitu di Desa Bawukan Kemalang Klaten. Sampel penelitian lansia yang mengikuti posyandu lansia desa Bawukan. Desain penelitian yang digunakan adalah metode kuantatif korelasional dengan pendekatan *Crosssectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Acidental Sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument pengukuran aktivitas fisik yaitu *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* sedangkan instrument pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Untuk Analisa data menggunakan uji *Kendall's Tau*.