

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan usia harapan hidup (UHH) merupakan salah satu dampak dari perbaikan kualitas kesehatan dan kondisi sosial masyarakat dan tercermin dari semakin meningkatnya jumlah penduduk lansia (lanjut usia) dari tahun ke tahun. Usia lanjut adalah tahap akhir dalam siklus hidup manusia yang pasti dialami oleh setiap individu. Peningkatan UHH ini dapat mengakibatkan terjadinya transisi epidemiologik dalam bidang kesehatan karena meningkatnya jumlah angka kesakitan akibat penyakit degeneratif (Fatmah, 2010).

Menurut data hasil Susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) pada tahun 2005 jumlah penduduk lansia bertambah sebanyak 16,81 juta orang, meningkat pada tahun 2007 menjadi 18,96 juta orang, dan pada tahun 2009 meningkat menjadi 19,32 juta orang (Profil Penduduk, 2009). Terjadi peningkatan pada tahun 2010 menjadi 23.992.553 jiwa (9,77%). Pada tahun 2020 diprediksi akan terjadi ledakan jumlah penduduk lansia sebesar 11,34 % atau sekitar 28,8 juta jiwa. Indonesia termasuk ke dalam

kelompok negara berstruktur tua (*ageing population*) karena persentase penduduk lansia telah mencapai angka diatas 7% (BPS, 2010).

Penurunan aktivitas akan berdampak pada status gizi, pada lansia yang tergolong aktivitas ringan untuk asupan energi karbohidrat tidak melebihi 65%, dan asupan lemak tidak melebihi 25% karena akan berdampak pada masalah obesitas. Di Indonesia, jumlah lansia yang mengalami keterbatasan untuk melakukan aktivitas fisik setiap tahunnya mengalami peningkatan. Menurut penelitian Fatmah (2010), tahun 1993 terdapat 94 (5,8%) responden yang tidak dapat melakukan aktivitas fisik dasar, dan mengalami peningkatan pada tahun 1997 menjadi 126 (7,7%) responden, dan meningkat menjadi 171 (10,5%) responden pada tahun 2000.

Bertambahnya usia seseorang merupakan faktor risiko timbulnya masalah kesehatan seperti kekurangan gizi dan obesitas. Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian Setiani (2012) bahwa lansia yang mengalami kurang gizi sebanyak 3,4%, berat badan kurang sebesar 28,3%, berat badan ideal berjumlah 42,4%, berat badan lebih sebanyak 6,7% dan obesitas sebanyak 3,4%, sedangkan konsumsi energi dan protein rata – rata lansia <80% AKG.

Peningkatan masalah kesehatan ini mulai mendapat perhatian dari pemerintah dan masyarakat, salah satunya adalah dengan adanya panti – panti sosial bagi lansia yang disebut dengan Panti Werdha. Panti Werdha

diperuntukkan bagi lansia yang tidak mempunyai sanak keluarga atau teman yang menerima sehingga pemerintah wajib melindungi lansia dengan menyelenggarakan panti werdha (Boedhi-Darmojo, 2009).

Kondisi biologis, kondisi fisiologis dan kemampuan lansia yang berbeda – beda dalam mengkonsumsi asupan nutrisi yang diberikan akan memberikan efek yang berbeda bagi setiap lansia. Masalah gizi pada lansia dipengaruhi oleh fungsi sistem pencernaan yang mengalami kemunduran seiring dengan bertambahnya usia. Penurunan fungsi sistem pencernaan seperti banyaknya gigi yang tanggal, penurunan sekresi saliva, penurunan indera pengecap karena terjadi atrofi papil lidah, degenerasi jaringan ikat gingival, penurunan ukuran lambung dan meningkatnya hormon *cholesistokinin* akan mempengaruhi kenikmatan dalam merasakan cita-rasa makanan dan dapat menyebabkan anoreksia sehingga mempengaruhi penurunan asupan makanan terutama intake energi dan protein yang dapat berimplikasi terhadap status gizi lansia (Fatmah, 2010). Faktor psikologi atau kondisi mental pada lansia seperti merasa terisolasi dari kehidupan sosial dan mengalami depresi mengakibatkan kehilangan selera makan yang berdampak pada penurunan status gizi. Masalah gizi pada lansia khususnya yang tinggal di Panti Werdha dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu terbatasnya asupan makanan pada lansia yang disediakan oleh petugas panti. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein dan aktivitas fisik terhadap

status gizi lansia di Panti Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

1.2 Perumusan Masalah

Jumlah lansia di Indonesia yang semakin meningkat membutuhkan perhatian dari pemerintah dan masyarakat karena dapat meningkatnya masalah kesehatan pada lansia, salah satunya adalah masalah gizi. Kondisi ekonomi yang kurang baik pada lansia yang berada di panti dapat menyebabkan kurang gizi yang dapat menurunkan status kesehatan para lansia karena sudah tidak ada keluarga yang mengurus mereka. Kondisi yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik memiliki pengaruh dalam menentukan status gizi seseorang.

Untuk membuktikan hal tersebut, perlu dilakukan penelitian agar diperoleh fakta yang jelas. Dari permasalahan tersebut maka dapat dirumuskan sebuah rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah hubungan antara asupan energi dan protein serta aktivitas fisik terhadap status gizi lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara asupan energi dan protein serta aktivitas fisik terhadap status gizi lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.
2. Mengetahui hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.
3. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1.4.1 Manfaat bagi Penulis

Mendapatkan pengalaman langsung dalam merencanakan penelitian, melaksanakan penelitian dan menyusun hasil penelitian mengenai hubungan asupan energi dan protein serta aktivitas dengan status gizi pada lansia di UPTD Panti Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.

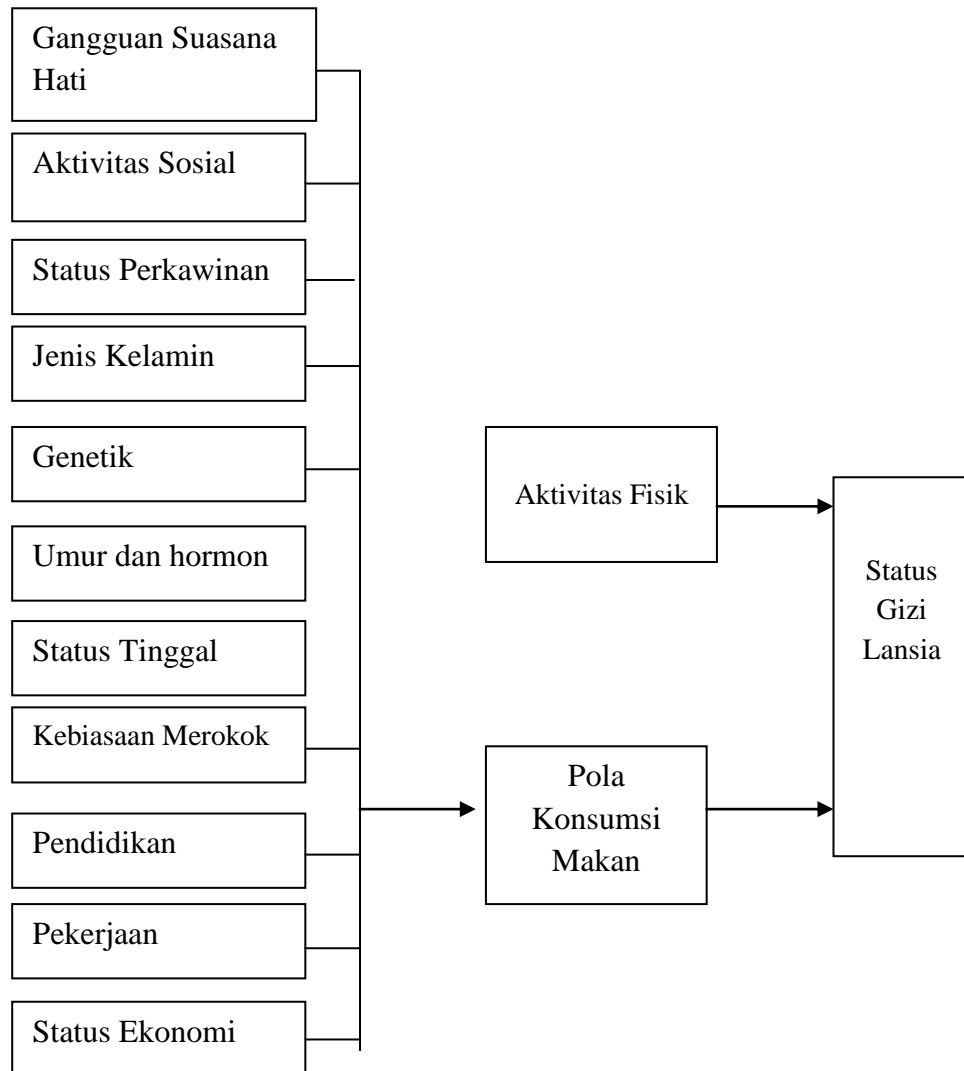
1.4.2 Manfaat bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan tambahan informasi penelitian yang berkaitan dengan hubungan asupan energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi lansia.

1.4.3 Manfaat bagi UPTD Panti Sosial Tresna Werdha

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi UPTD Panti Sosial Tresna Werdha setempat untuk lebih memperhatikan keadaan status gizi dan asupan makanan lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

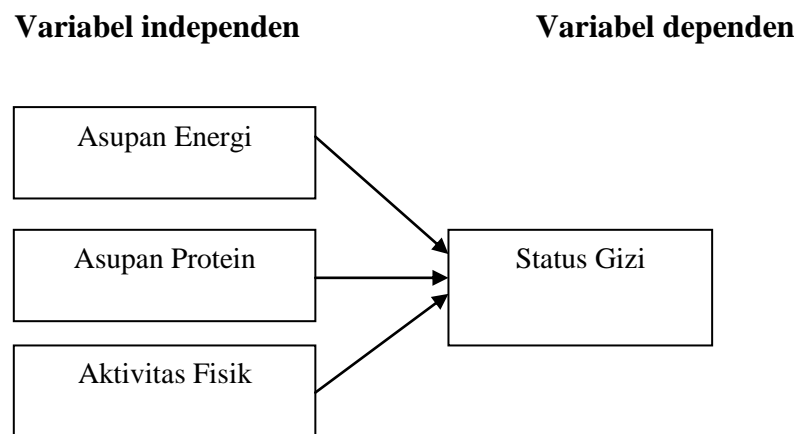
1.5 Kerangka Teori



Gambar 1. Skema Kerangka Teori Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia.

1.6 Kerangka Konsep

Berdasarkan Gambar 2 dibawah ini, variabel independen pada penelitian ini adalah asupan energi, asupan protein, dan aktivitas fisik. Variabel dependen pada penelitian ini adalah status gizi.



Gambar 2. Kerangka Konsep Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi

1.7 Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas maka dapat diturunkan suatu hipotesis bahwa terdapat hubungan antara asupan energi, protein dan aktivitas fisik terhadap status gizi pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.