

I. PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang

Lansia adalah usia kronologis lebih atau sama dengan 65 tahun di negara maju, tetapi untuk negara sedang berkembang disepakati bahwa kelompok manusia usia lanjut adalah usia sesudah melewati atau sama dengan 60 tahun. Peningkatan penduduk usia lanjut di Indonesia akan menimbulkan masalah sosial-ekonomi, karena berkaitan dengan penyakit degeneratif dan penuaan sehingga membutuhkan fasilitas khusus untuk pelayanan kesehatan. Salah satu kebijakan pemerintah untuk mengatasi masalah usia lanjut adalah lebih mengupayakan peningkatan kesehatan (promotif), disamping upaya pengobatan (kuratif), dan pemulihan (rehabilitatif) menurut Depkes 1990.

Penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit kardiovaskular (penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan *stroke*) dan penyakit kronis pada lansia dapat dipengaruhi oleh kualitas dan kuantitas makanan dan minuman yang di konsumsi (Oenzil, 2012). Salah satu penyakit tidak menular (PTM) pada lansia yang berhubungan dengan status gizi adalah hipertensi. Tekanan darah normal menurut *The Seventh Report of The Joint National Committee* pada dewasa usia 18 tahun atau lebih adalah tekanan sistolik <120 mmhg dan diastolik <80 mmhg. Agar tubuh tetap sehat dan

terhindar dari berbagai penyakit terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi yang tidak baik adalah faktor risiko PTM, seperti penyakit kardiovaskular (penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan *stroke*), diabetes serta kanker adalah penyebab utama kematian di Indonesia. Lebih separuh dari semua kematian di Indonesia merupakan akibat PTM (Depkes, 2008).

Sebagian besar PTM seperti penyakit kardiovaskular (penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan *stroke*), terkait-gizi di atas berasosiasi dengan kelebihan berat badan dan kegemukan yang disebabkan oleh kelebihan gizi. Data Riskesdas 2007, 2010, 2013 memperlihatkan kecenderungan prevalensi obesitas ($IMT > 25$) semua kelompok umur. Anak balita 12,2%, 14% dan 11,9%; usia 6-19 tahun (Riskesdas 2007, 2010) naik dari 5,2% menjadi 5,9%; orang dewasa dan usia lanjut (Riskesdas 2007, 2010) naik dari 21,3% menjadi 22,8%. Pada Riskesdas 2013 laki-laki obes 19,7% dan perempuan 32,9% (Depkes, 2008). Kelebihan gizi ini timbul akibat kelebihan asupan makanan dan minuman kaya energi, kaya lemak jenuh, gula dan garam tambahan, namun kekurangan asupan pangan bergizi seperti sayuran, buah-buahan dan sereal utuh, serta kurang melakukan aktivitas fisik. (Depkes, 2008)

Pada prapenelitian yang dilakukan di salah satu wisma yang berisi 8 orang lansia wanita berusia 60-80 tahun di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan didapatkan hasil 5 orang prehipertensi, 2 orang hipertensi tingkat 1, dan 1 orang hipotensi. Dengan data tersebut peneliti tertarik untuk meneliti hubungan status gizi dan asupan makanan terhadap tekanan darah di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian bagaimana hubungan antara status gizi dan asupan makan (lemak dan natrium) terhadap tekanan darah di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan ?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi dan asupan makanan (lemak dan natrium) terhadap tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui status gizi pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- 2) Mengetahui jumlah asupan makan (lemak dan natrium) di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- 3) Mengetahui tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan
- 4) Menganalisis hubungan status gizi dan tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- 5) Mengetahui hubungan asupan makan (lemak dan natrium) dan tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

1. 4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh pada penelitian mengenai hubungan status gizi dan asupan makan terhadap tekanan darah.

1. 4.2 Bagi Institusi kesehatan

Petugas kesehatan dapat mengetahui hubungan status gizi dan asupan makan terhadap status gizi terhadap tekanan darah sehingga dapat merencanakan suatu strategi pelayanan kesehatan.

1. 4.3 Bagi Panti Sosial Werdha

- a. Bagi pengurus panti dapat memenuhi angka kecukupan gizi pada lansia di Panti Sosial Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
- b. Bagi pengurus panti dapat memberikan asupan makanan sesuai kebutuhan lansia di di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

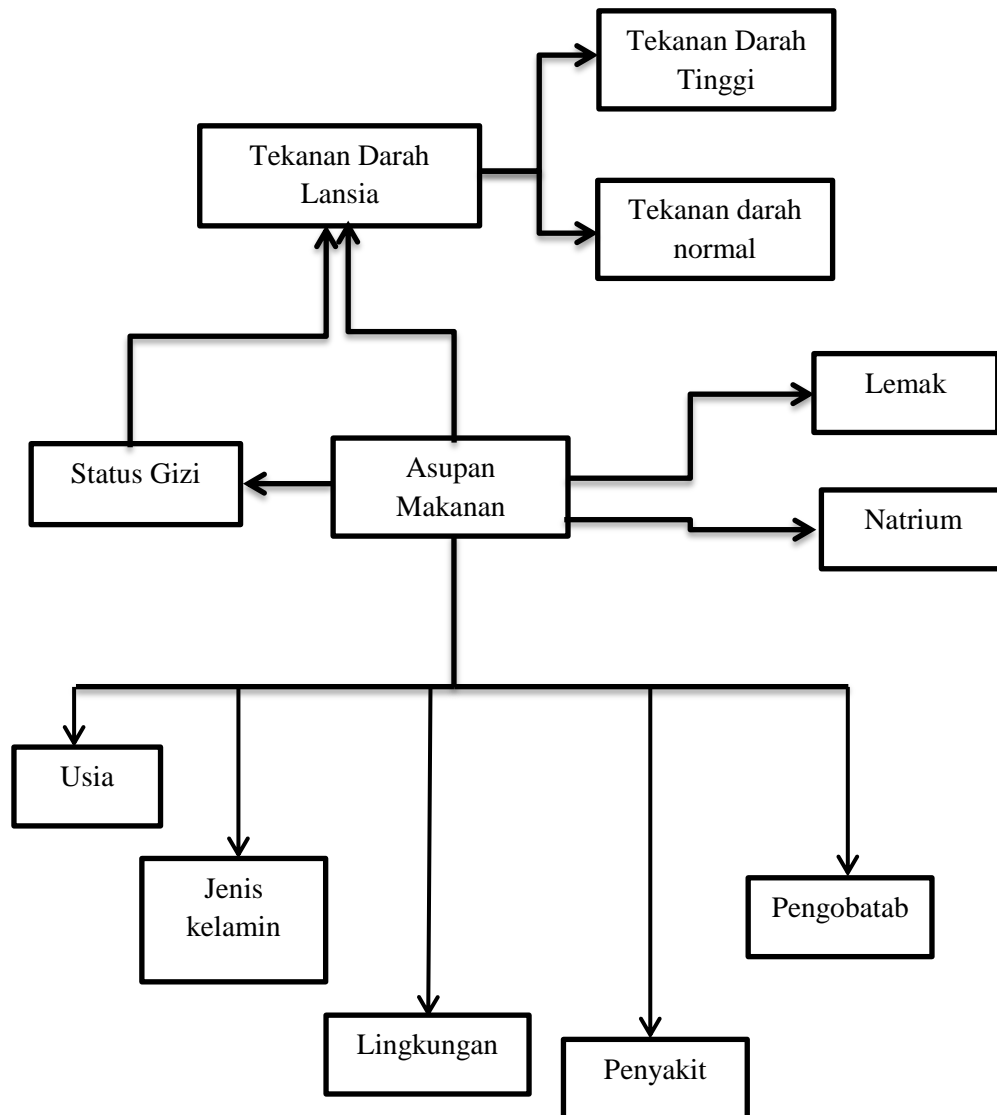
1.5 Kerangka Pemikiran

1.5.1 Kerangka Teori

Tekanan darah sangat dipengaruhi oleh faktor usia, pada lansia tekanan darah dipengaruhi oleh perubahan fisiologis sistem kardiovaskular (Fatmah, 2010).

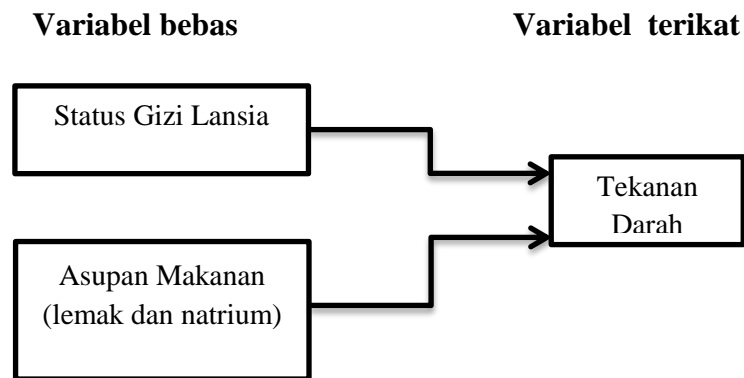
Penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit kardiovaskuler (penyakit jantung, pembuluh darah, hipertensi, dan *stroke*) dipengaruhi oleh status gizi, kelebihan gizi timbul akibat asupan makanan dan minuman (Depkes, 2008).

Pemenuhan gizi lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, lingkungan, penurunan aktivitas fisik, penyakit, pengobatan (Fatmah, 2010).



Gambar 1. Kerangka Teori

1.5.2 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

1.6 Hipotesis

Adapun hipotesa dari penelitian ini adalah :

1. Ada hubungan status gizi dan tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
2. Ada hubungan asupan lemak dan tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.
3. Ada hubungan asupan natrium dan tekanan darah pada lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.