

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia lanjut merupakan tahap akhir perkembangan pada kehidupan manusia (Maryam dkk., 2011). Semua orang akan mengalami proses menjadi tua yang menyebabkan seseorang mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial sedikit demi sedikit sampai tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari lagi (Murwani dan Priyantari, 2010). Masalah gizi pada lansia perlu menjadi perhatian khusus karena mempengaruhi status kesehatan dan mortalitas (Yono. dkk 2011).

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat mengkonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan menjadi tiga yaitu status gizi kurang, status gizi baik, dan status gizi lebih. Gizi kurang maupun gizi lebih pada masa dewasa akan memperburuk kondisi fungsional dan kesehatan fisik pada masa lansia, seperti menurunnya daya tahan tubuh pada lansia yang mengakibatkan lansia rentan terkena infeksi dan terserang penyakit sehingga sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Status gizi lansia yang kurang akan menyebabkan lansia sulit dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Penentuan status gizi lansia dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya dengan menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) (Almatsier, 2010).

Menurut Indraswari et al (2012) prevalensi gizi buruk di Indonesia (IMT < 16,49) pada lansia tahun 1998 sebesar 7,23% meningkat menjadi 11,56% pada tahun 2001, sedangkan prevalensi gizi lebih yaitu 10,51% pada 1998

menjadi 8,11% pada tahun 2001. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 23 Desember 2019 di Posyandu Lansia Kenongo terdapat 36 lansia yang hasil dari observasi status gizi menurut IMT ada 1 lansia yang masuk kategori obesitas dengan hasil IMT ($28,0 \text{ kg/m}^2$), overweight 15 orang dengan IMT ($25,5\text{-}26,0 \text{ kg/ m}^2$), normal range 15 orang dengan IMT ($19\text{-}23 \text{ kg/ m}^2$), dan underweight 5 orang ($16\text{-}17 \text{ kg/ m}^2$).

Masalah gizi pada lansia perlu menjadi perhatian khusus karena mempengaruhi status kesehatan dan mortalitas. Gizi kurang maupun gizi lebih pada masa dewasa akan memperburuk kondisi fungsional dan kesehatan fisik pada masa lansia. Status gizi kurang akan menyebabkan lansia sulit dalam melakukan aktivitas sehari-hari, karena pada umumnya lansia yang kekurangan gizi terutama energi dan protein dapat menyebabkan terjadinya kerusakan sel-sel tubuh dan penurunan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena infeksi. Kecukupan makanan sehat sangat penting bagi para usia lanjut. Orang yang berusia 70 tahun, kebutuhan gizinya sama dengan saat berumur 50-an. Sayangnya, nafsu makan mereka secara biologis cenderung terus menurun dan pola makannya menjadi tidak teratur, Karena itu, harus terus diupayakan konsumsi makanan penuh gizi. (Yono. dkk 2011)

Upaya yang dilakukan satu perawat adalah sebagai edukator, sebagai perawat seharusnya memberikan pengetahuan dengan cara melakukan penyuluhan tentang pentingnya pengetahuan tentang gizi seimbang. Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk meneliti tentang gambaran status gizi pada lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran status gizi lansia?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran status gizi lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan sumber informasi bagaimana gambaran status gizi pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi profesi keperawatan

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang status gizi pada lansia.

2. Bagi peneliti yang akan datang

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan kesehatan, khususnya bagi ilmu keperawatan.