

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan tahap terakhir dari tahapan perkembangan kehidupan manusia. Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami perubahan fisik maupun psikologis (Santoso & Ismail, 2009). Perubahan fisik salah satunya perubahan pada organ gastrointestinal, indra pengecap dan penciuman. Lansia juga akan mengalami penurunan jumlah dan kerja saliva yang diproduksi, serta timbulnya masalah gigi. Akibatnya, perilaku makan berubah seiring dengan kecenderungan memilih makanan yang lebih lembut (Nikmawati, 2010). Perilaku makan yang tidak teratur, minimnya asupan akan serat (sayuran atau buah-buahan), lebih sering atau senang konsumsi makanan yang berlemak dan berkadar garam (natrium) tinggi (Lewa, 2016). Perilaku makan dipengaruhi 3 dimensi yaitu *emotional eating*, *external eating*, *restrained eating*. Perubahan fisik dan proses menua pada lansia diikuti dengan adanya persepsi subjektif lansia tentang perubahan tersebut. Persepsi terhadap penuaan yang positif berkorelasi dengan kesehatan fisik dan psikologis yang baik demikian juga sebaliknya (Maharsi, 2015). Masalah gizi pada lansia muncul dikarenakan perilaku makan yang salah, yaitu ketidak seimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Ratnawati, 2017). Masalah gizi yang dimaksud merupakan Obesitas dan Malnutrisi. Namun hubungan perilaku makan dan persepsi terhadap penuaan dengan status nutrisi lansia masih perlu penjelasan.

Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi obesitas dunia pada tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa kelebihan berat badan. Berdasarkan

jumlah tersebut lebih dari 600 juta mengalami obesitas. Tahun 2014, 39% dari orang dewasa mengalami kelebihan berat badan. Pada tahun 2018, prevalensi dewasa yang mengalami obesitas sentral di Indonesia adalah 21,8% (Kemenkes RI, 2018). Jawa timur merupakan prevalensi lansia terbanyak ketiga di Indonesia yaitu sebanyak 22% dan termasuk dalam 12 provinsi dengan prevalensi lansia malnutrisi diatas prevalensi nasional sebesar 21,8% (Riskesdas, 2018). Penelitian Dessita (2018) menunjukkan lansia di kecamatan Wates memiliki perilaku makan yang belum baik karena asupan gizi yang dikonsumsi lansia belum seimbang dan belum sesuai dengan asupan konsumsi yang dianjurkan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Saat dilakukan studi pendahuluan didapatkan data kunjungan lansia di 16 Posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Kenjeran sebanyak 341 lansia pada bulan September, pemegang program lansia mengatakan belum pernah melakukan *screening* status gizi lansia, pelaksanaan posyandu hanya berupa timbang berat badan dan dicatat di KMS lansia dan tidak dilakukan analisa dari hasil timbang berat badan sehingga tidak diketahui apakah ada lansia yang mengalami malnutrisi atau tidak.

Masalah Nutrisi pada lansia merupakan rangkaian proses masalah gizi sejak usia muda dan manifestasinya timbul setelah tua (Siregar & Nauli, 2014). Status Nutrisi pada lansia berupa Gizi kurang dan Gizi berlebih. Gizi kurang pada lansia dapat dengan mudah dilihat melalui penampilan umum, yakni rendahnya berat badan lansia dibandingkan dengan berat badan standar (Oktariyani, 2012). Kelemahan otot dan kelelahan yang terjadi pada lansia karena energi menurun berisiko untuk terjatuh atau mengalami ketidakmampuan dalam mobilisasi yang menyebabkan cedera atau luka tekan (Watson, 2003). Selain itu, pada lansia

menyebabkan penyembuhan luka menjadi lama, risiko infeksi, penurunan kekebalan tubuh dan komplikasi penyakit. Gizi lebih (Obesitas) pada lansia akan meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, rematik, gagal ginjal, sirosis hepatitis, sirosis empedu dan kanker (Adriani & Wiriati, 2012) Masalah nutrisi pada lansia muncul dikarenakan ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan.

Masalah Nutrisi pada lansia dapat membahayakan status kesehatan lansia. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Perilaku Makan dan Persepsi terhadap penuaan dengan status Nutrisi Lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara perilaku makan dan *perception of aging* dengan status nutrisi lansia di daerah pesisir Surabaya ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara perilaku makan dan *perception of aging* dengan status nutrisi lansia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis hubungan perilaku makan dengan status nutrisi lansia
2. Menganalisis hubungan *perception of aging* dengan status nutrisi lansia

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan Ilmu Keperawatan Gerontik dalam melaksanakan Asuhan Keperawatan khususnya tentang upaya kesehatan promotif dan preventif pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan masukan institusi terkait untuk mengoptimalkan pelayanan kesehatan untuk lansia di komunitas.

2. Perawat Gerontik dan Komunitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi bagi perawat dan tenaga kesehatan tentang status nutrisi pada lansia, sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan yang tepat terhadap permasalahan status Nutrisi lansia.

3. Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi lansia dan keluarga tentang status nutrisi pada lansia, sehingga lansia dapat menjaga perilaku makan, bersikap positif terhadap penuaan sehingga mendapatkan status nutrisi yang baik.