

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEMANDIRINA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER

Uswatun Hasanah, Susi Wahyuning Asih, Yeni Suryaningsih
Jl. Karimata 49 Jember Telp: (0331) 332240 Fax: (0331) 337957 Email:
fikes@unmuhjember.ac.id Website: <http://fikes.unmuhjember.ac.id>

Abstract

Nutritional status is an expression of balance in the form of certain variables or manifestations of nutriture in the form of certain variables. Independence means no supervision, direction or help from others. An elderly person who refuses to perform a function is considered as not performing a function, even though he is considered capable. Purpose this study aims to determine the relationship of nutritional status with the independence of the elderly in the UPT of the Social Service of Tresna Werdha Jember. Method The design of this study used a collegial design with a cross sectional approach. The population in this study were all elderly who were in the UPT Tresna Werdha Jember Social Service, totaling 140 elderly with a sample of 58 elderly taken by purposive sampling. This research instrument uses observation. Results Bivariate analysis based on the Spearman Rank statistical test ($P < 0.05$) obtained a value of Pvalue is 0.001 with a correlation coefficient of 0.172 so it can be concluded that the relationship between the relationship between nutritional status and the independence of the elderly has a very strong relationship strength. Discussion The results of the study show that nutritional status and independence are still not optimal. It is recommended for the elderly to improve their nutritional status that they are able to meet their daily needs independently.

Keywords: Elderly, Nutritional Status, Independence

Abstrak

Status gizi merupakan ekspresi keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu. Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan orang lain. Seorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui hubungan status gizi dengan kemandirian lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. penelitian ini menggunakan rancangan kolerasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember yang berjumlah 140 lansia dengan sampel sebanyak 58 lansia yang diambil secara purposive sampling. Instrument penelitian ini menggunakan observasi. Hasil analisa bivariat berdasarkan uji statistik *Spearman Rank* ($P < 0,05$) diperoleh nilai *Pvalue* adalah 0,001 dengan nilai koefisien korelasi 0,172 sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dengan kemandirian lansia memiliki kekuatan hubungan sangat kuat. Diskusi hasil penelitian menunjukkan Status gizi dan kemandirian yang masih belum optimal. Direkomendasikan kepada lansia untuk meningkatkan status gizi bahwa lansia mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan mandiri.

Kata Kunci: Lansia, Status Gizi, Kemandirian

Pendahuluan

Lansia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Menurut UU No. 13/Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia disebutkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Dewi, 2014). Lansia (lanjut usia) adalah kelompok penduduk yang berusia 60 tahun keatas. Pada usia lanjut akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan, sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi. Oleh karena itu, dalam tubuh akan menumpuk makin banyak distorsi metabolik dan struktural yang disebut penyakit degeneratif yang menyebabkan lansia akan mengakhiri hidup dengan episode terminal (Sunaryo, 2016).

Status gizi merupakan eksperian keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi juga dinyatakan sebagai keadaan

tubuh yang merupakan akibat dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi dengan 4 klasifikasi, yaitu status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih (Istiany & Rusilanti 2014).

Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan orang lain. Seorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu (Maryam, 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember didapatkan jumlah lansia sebesar 140 jiwa dengan jumlah lansia laki-laki sebanyak 66 jiwa dan jumlah lansia perempuan sebanyak 74 jiwa. Dari jumlah tersebut 80 lansia mempunyai gizi baik dan mampu melakukan aktifitas seara mandiri, dan 42 lansia mempunyai gizi baik tetapi masih membutuhkan bantuan dari orang lain (ketergantungan sebagian), dan 18 lansia mempunyai resiko malnutrisi dan tidak mampu melakukan aktifitas secara mandiri (ketergantungan penuh).

Kurangnya asupan nutrisi akan berakibat pada timbulnya berbagai penyakit atau permasalahan kesehatan pada lansia. Berbagai masalah kesehatan yang dihadapi usia lanjut terkait dengan pemenuhan nutrisi dapat menyebabkan aktifitas terganggu. Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Satus Gizi Dengan Kemandirian Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kemandirian lansia di UPT pelayanan social tresna werdha Jember.

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kolerasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember yang berjumlah 140 lansia dengan menggunakan rumus Slovin maka didapatkan jumlah 58 lansia. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability*

sampling dengan tehnik *purposive sampling*.

Penelitian ini dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember selama 2 hari (Mei 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Jenis Kelamin Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58)

Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Laki-laki	20	34.5
Perempuan	38	65.5
Jumlah	58	100.0

Sumber: Data primer telah diolah

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwasebagian besar (65,5%) responden berjenis kelamin perempuan.

2) Usia Responden

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58)

Usia	Jumlah (Orang)	Presentase (%)
60 sampai 74	38	65,5
75 sampai 90	20	34,5
Total	58	100

Sumber: Data primer telah diolah

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar(65,5%) responden berusia 60 sampai 74 tahun.

3) Pendidikan Responden

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58)

Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentasen (%)
Tidak Sekolah	13	22.4
SD	27	46.6
SMP	13	22.4
SMA	5	8.6
Total	58	100.0

Sumber: Data primer telah diolah

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa paling banyak (46,6%) responden berpendidikan SD.

Analisa Bivariat

Data Khusus

1) Status Gizi

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58)

Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
	34	58.6
Underweight	22	37.9
Normal		
Overweight	1	1.7
Obesitas	1	1.7
Total	58	100.0

Sumber: Data primer telah diolah

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar (58,,6%) lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember memiliki Status Gizi Normal.

2) Kemandirian Lansia

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58).

Kemandirian	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Ketergantungan sedang	2	3.4
Ketergantungan ringan	4	6.9
Mandiri	52	89.7
Total	58	100.0

Sumber: Data primer telah diolah

Tabel 5 menunjukkan bahwa paling banyak (89,7%)lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember melakukan aktifitas sehari-hari dengan mandiri.

3) Hubungan Status Gizi dengan Kemandirian Lansia.

Tabel 6 Hubungan Status Gizi dengan Kemandirian Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Mei 2019 (n=58).

Variabel	Statistik	
	<i>P value</i>	Koefisien Korelasi
Status Gizi	001	172
Kemandirian		

Sumber: Data primer telah diolah

Tabel 6 menunjukkan hasil dari data *bivariate* pada uji *Spearman Rank* diperoleh nilai *p value* = 0,001 yang berarti $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara Status Gizi dengan kemandirian lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember dengan nilai koefisien korelasi 0,172 yaitu hubungan antara Status Gizi dengan kemandirian lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember bersifat positif dan memiliki kekuatan hubungan mendekati sempurna.

1) Status Gizi

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan kepada 58 responden menunjukkan bahwa

responden dengan status gizi normal cenderung lebih banyak dibandingkan responden dengan status gizi kurang maupun lebih. Hal ini dapat dibuktikan pada tabel 4 bahwa responden dengan status gizi baik normal sebesar 58,6% atau 34 responden. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember memiliki Status Gizi Normal.

Hasil penelitian ini menunjukkan usia responden cenderung lebih dominan usia 60 sampai 74 tahun yaitu 65,5 % atau 38 responden. Sedangkan jenis kelamin responden cenderung lebih dominan perempuan yaitu 65,5 % atau 38 responden. Menurut peneliti bahwa seseorang yang muda, dewasa, laki-laki maupun perempuan memiliki tingkat kemampuan yang sama dalam mengatasi berbagai masalah tentang status gizi, baik dari segi makanan maupun minuman yang mereka makan, tetapi bergantung pada bagaimana cara mereka dalam memilih makanan dan minuman dengan baik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh

Lumunon (2015) menyatakan hubungan status gizi dengan gout arthritis pada lanjut usia.

Status gizi merupakan eksperian keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu. Contohnya gondok endemik merupakan keadaan ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran yodium dalam tubuh. Status gizi juga dinyatakan sebagai keadaan tubuh yang merupakan akibat dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi dengan 4 klasifikasi, yaitu status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih (Istiany & Rusilanti 2014).

Menurut Istiany & Rusilanti (2014) Berbicara masalah gizi, kita tidak bisa lepas dari pembahasan mengenai zat-zat makanan yang masuk kedalam tubuh. Makanan yang bergizi adalah makanan yang mengandung zat-zat nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh agar tubuh dapat melakukan fungsi-fungsinya dengan sebaik mungkin. Dengan kata lain, zat gizi memang penting sekali dan dibutuhkan oleh tubuh dalam pemeliharaan dan fungsi lainnya,

serta perbaikan jaringan-jaringannya sejak masa janin, bayi, remaja, sampai masa dewasa dan lanjut usia.

Lansia yang mempunyai status gizi normal maka itu dikatakan sehat sehingga dapat menjalani kehidupan sehari-harinya dengan baik. Oleh karena itu pentingnya seorang lansia memiliki status gizi normal dalam melakukan aktifitas sehari-hari yang mana berpengaruh pada kesejahteraan dan kualitas hidup lansia. Dukungan keluarga, kondisi lingkungan, dan permasalahan ekonomi tidak menutup kemungkinan lansia dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

2) Kemandirian Lansia

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan kepada 58 responden menunjukkan bahwa responden lebih banyak dapat melakukan aktifitas sehari-hari dengan mandiri. Hal ini dapat dibuktikan pada tabel 5.5 bahwa kemandirian lansia secara mandiri sebanyak 89,7% atau 52 responden. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember melakukan aktifitas sehari-hari dengan mandiri.

Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan orang lain. Seorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu (Maryam, 2008).

Kemandirian adalah kemampuan untuk berdiri sendiri dalam arti tidak bergantung pada orang lain dalam menentukan keputusan dan mampu melaksanakan tugas hidup dengan penuh tanggung jawab. Tingkat kemandirian adalah kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Cahyono, 2013). Kemandirian lansia dalam ADL didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan harian yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal (Sampelan, 2015).

Dilihat dari segi usia dan jenis kelamin pada dasarnya tidak ada perbedaan yang signifikan dalam melakukan aktivitas sehari-hari pada

lansia laki-laki dan perempuan yang berusia muda ataupun dewasa. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa dari 52 responden yang melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri, responden berjenis kelamin perempuan yang lebih banyak mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari yaitu sebanyak 34 orang dan usia responden cenderung lebih dominan usia 60 sampai 64 tahun yaitu 38 orang yang melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri. Menurut Maryam (2008) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa usia seorang menunjukkan tanda kemauan dan kemampuan, ataupun bagaimana seseorang tersebut bereaksi terhadap ketidakmampuan melaksanakan IADL. Pada lansia yang telah memasuki usia 70 tahun (lansia resiko tinggi) biasanya akan mengalami penurunan dalam berbagai hal termasuk tingkat kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Pada penelitian yang dilakukan oleh Pertamina (2017) disebutkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara lanjut usia laki-laki dan perempuan dalam pelaksanaan aktivitas sehari-hari. Menurut Duran *et al* (dalam

Pertamita, 2017) menyebutkan bahwa perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan dalam kemampuan motorik. Perempuan memiliki kemampuan lebih baik dalam hal kemampuan motorik halus dibandingkan laki-laki yang memiliki kemampuan lebih baik dalam tugas yang berhubungan dengan kemampuan motorik kasar atau dalam hal mengangkat karena laki-laki memiliki kekuatan yang lebih kuat, tetapi perempuan lebih mengenali lingkungan sehingga dapat membantu mereka dalam mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan serta memudahkan mereka dalam mengatur pekerjaannya. Namun pada kenyataannya tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

3) Hubungan Status Gizi Dengan Kemandirian Lansia

Hasil penelitian dari uji statistik korelasi menunjukkan hasil dari data *bivariate* pada uji *Spearman Rank* diperoleh nilai *p value* = 0,001 yang berarti $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara Status Gizi dengan kemandirian lansia di

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember dengan nilai koefisien korelasi 0,172 yaitu hubungan antara Status Gizi dengan kemandirian lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember bersifat positif dan memiliki kekuatan hubungan normal.

Kemandirian adalah kebebasan bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit. Kemandirian seseorang tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara rutin dan universal. Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan orang lain. Seorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu (Maryam, 2008).

Status gizi merupakan eksperian keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk variabel tertentu. Contohnya

gondok endemik merupakan keadaan ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran yodium dalam tubuh. Status gizi juga dinyatakan sebagai keadaan tubuh yang merupakan akibat dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi dengan 4 klasifikasi, yaitu status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih (Istiany & Rusilanti 2014).

Menurut peneliti status gizi merupakan kondisi kesehatan yang dipengaruhi asupan dan penggunaan zat gizi. Peneliti berpendapat bahwa status gizi berhubungan dengan kemandirian, sesuai dengan penelitian yang dilakukan Lumunon (2015) yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Gout Arthritis pada Lanjut Usia di Puskesmas Wawonasa Manado”. Jenis metode penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Hasil menunjukkan, ada hubungan antara status gizi dengan gout arthritis karena nilai yang diperoleh $p = 0,048$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara status gizi dengan gout arthritis pada lanjut usia di wilayah kerja Puskesmas Wawonasa Manado.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: 1) Status Gizi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember termasuk dalam kategori Normal sebanyak 34 orang (58,6%), *Undeweight* sebanyak 22 orang (37,9%), *Overweight* sebanyak 1 orang (1,7%), Obesitas sebanyak 1 orang (1,7%); 2) Kemandirian lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember termasuk dalam kategori mandiri sebanyak 89,7% yaitu 52 orang, Ketergantungan sedang sebanyak 2 (3,4%), dan ketergantungan ringan sebanyak 4 orang (6,9); 3) Ada hubungan dalam kategori sedang dengan kemandirian pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

SARAN

Disarankan bagi: 1) Lansia diharapkan dapat memenuhi kebutuhan gizi dengan baik dan lebih berperan aktif dalam melakukan aktivitas yang dapat memenuhi kebutuhannya sendiri (makan dan minum, BAK dan BAB, berpindah, kamar kecil {*toileting*}, berpakaian, mandi dll) untuk tetap mandiri dalam

melakukan aktifitas sehari-hari; 2) Peneliti selanjutnya diharapkan peneliti dapat memahami lebih banyak tentang status gizi dan kemandirian lansia sehingga lansia dapat hidup sejahtera dan diharapkan dapat menambah wawasan peneliti; 3) Bagi dinas terkait sebagai edukator dalam hal ini perawat mempunyai peran pemberi informasi khususnya bagi dinas terkait khususnya di UPT pelayanan social tresna werdha Jember sebaiknya melakukan pendekatan dan edukasi lebih intensif kepada lansia untuk memberi motivasi dan memicu lansia supaya lebih mandiri dengan cara memandirikan lansia atau memberikan kegiatan kepada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, Rhosma Sofia. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Deepublish

Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Erlangga : Jakarta

Istiany.Ari, Rusilanti. (2013-2014). *Gizi Terapan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset

Kemenkes RI. (2013). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia dan Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta : Kemenkes.

Lailiyah, Afifatul, N. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kemandirian Activities Daily Living Pada Klien Skizofrenia Di Dr. Soebandi Jember*. Skripsi : UMJ

Maryam, dkk. (2008). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika

Pertamita, D. M. (2017). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kemandirian Aktivitas Sehari-hari Pada Pasien Stroke DI RSUD Tugurejo Semarang dan RSUD K.M.R.T Wongsonegoro*. i-56.

