

Hubungan Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin

Rika Syafitri
Dosen STIKes YPAK Padang
Rikasyafitrimi86@gmail.com

ABSTRAK

Jumlah lansia mengalami peningkatan dari tahun ketahun. Lansia yang berada di PSTW lebih berisiko terjadi malnutrisi, hal ini dikarenakan beberapa faktor diantaranya penurunan nafsu makan , penurunan berat badan, kondisi rongga mulut, asupan zat makanan dan lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2018. Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang berada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 110 orang, laki-laki 71 dan perempuan 39, pemilihan sampel dengan teknik *sample random sampling* dengan pengundian. Pengambilan data status gizi dengan *Mini Nutritional Assessment* (MNA) sedangkan kualitas hidup menggunakan WHOQOL-BREF. Analisa hasil penelitian dengan menggunakan *chi-square* dilihat pada *Pearson Chi-Square* dengan $\alpha < 0,05$. Pada hasil penelitian ini diperoleh hasil penelitian yaitu sebanyak 27 responden (51,9%) berisiko malnutrisi dan pada kualitas hidup diperoleh 31 responden (59,6%) memiliki kualitas hidup buruk. Hal ini menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia dengan nilai $p = 0,013$. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan pada petugas PSTW untuk lebih memperhatikan keadaan lansia yang berisiko untuk terjadi malnutrisi dan memperhatikan asupan makan pada lansia agar kebutuhan gizi lansia dapat terpenuhi dengan baik untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik.

Kata Kunci : status gizi, kualitas hidup, MNA dan WHOQOL-BREF

ABSTRACT

The number of elderly has in risen from year to year. The elderly who are more at risk PSTW occur malnutrition. Malnutrition in elderly can be several factors such as decreased appetite, weight loss, oral conditions that have an impact on the nutritional status of the elderly. The purpose of this study was to determine the relationship of nutritional status and quality of life of elderly in PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin in 2018. A quantitative method was used in this research with cross sectional study. The population are the elderly who stay in PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. The samples in this study were 110 participants with 71 man and 39 women, which used multys and sample random sampling as an approach. Date was collected by using mini nutritional assessment (MNA) and WHOQOL- BREF and for analysis was used Chi square test with see Pearson Chi-Square with $\alpha < 0,05$. The results nutritional status can be of this 27 participants (51,9%) risk malnutrition and from quality of life can be 31 participants (59,6%) have quality of life not good. This is study showed the better nutritional status will increase quality of life association between nutritional status and quality of life of the elderly with a value of $p = 0,013$. The result is expected to be input on PSTW officers to pay more attention to food intake in the elderly so that the nutritional needs of the elderly can be properly fulfilled to achieve a better quality of life.

Keywords : nutritional status, quality of life, MNA and WHOQOL-BREF

PENDAHULUAN

Program pembangunan nasional yang telah dijalankan mampu menghasilkan kondisi sosial masyarakat yang semakin baik dan usia harapan hidup yang semakin tinggi. Dampak positif dari program pembangunan nasional dapat dilihat dari meningkatnya derajat kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang akan terlihat pada peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (Kemenkes, 2013).

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figure tubuh yang tidak proposional (Nugroho, 2008).

Lansia adalah seseorang yang berumur 60 tahun keatas. Pada lansia akan terjadi proses hilangnya 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).

Meningkatnya jumlah lansia dari tahun ketahun, menuntut perhatian yang semakin besar terhadap kelompok lansia, salah satunya terkait dengan masalah gizi. Menurut Vegetti dkk (2015), bertambahnya usia seseorang, mengakibatkan kecepatan metabolisme tubuh lansia sedikit menurun. Untuk itu pemberian kebutuhan gizi yang adekuat bagi lansia dapat mengatasi masalah tersebut. Selain itu, pemeliharaan kesehatan dan kemandirian fisik pada lansia telah menjadi topik banyak dibahas di literatur. Salah satu komponen penting dalam menentukan status kesehatan individu, terutama selama proses penuaan, adalah kualitas hidup (Labiibah, 2015).

Zat gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan/atau unsur-unsur ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh, yaitu berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh (Banudi, 2013).

Pengelompokan bahan makanan setiap Negara pasti berbeda-beda. Di Indonesia bahan makanan digolongkan menjadi 8 yaitu: sumber karbohidrat, sumber protein hewani, sumber protein nabati, sayuran, buah dan gula, susu, minyak, dan makanan tanpa energi.

Terdapat penggolongan lain bahan makanan berdasarkan fungsi zat gizi tersebut yaitu: zat gizi penghasil energi ialah karbohidrat, lemak, dan protein. Zat gizi pembangun sel, terutama diperankan protein, oleh karena itu bahan pangan lauk-

pauk digolongkan makanan sumber zat pembangun. Zat pengatur termasuk didalamnya vitamin dan mineral, bahan pangan sumber mineral dan vitamin adalah buah dan sayur (Departemen Gizi Dan Kesehatan Masyarakat, 2010).

Status gizi lansia berhubungan positif terhadap kualitas hidup terutama pada dominan fisik, meningkatnya jumlah populasi lansia yang diiring dengan meningkatnya permasalahan yang terjadi pada lansia juga berdampak terhadap penurunan kualitas hidup seperti penurunan kapasitas mental, perubahan sosial kepikunan serta depresi (Lailiyah, 2018).

Berdasarkan tahapan-tahapan usia, lansia ada yang mengalami gizi yang baik, keadaan gizi lebih baik maupun kekurangan gizi lansia di Indonesia yang dalam keadaan kurang gizi ada 3,4%, BB kurang 28,3%, BB ideal berjumlah 42,4%, BB lebih ada 6,7% dan obesitas sebanyak 3,4% (Nurhidayati, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2007). Gizi memegang peranan sangat penting dalam kesehatan lansia. Masalah kekurangan gizi sering dialami oleh lansia sebagai akibat dari menurunnya nafsu makan karena penyakit yang dideritanya penyebab kematian pada umur 65 tahun keatas pada laki-laki adalah stroke (20,6%), penyakit saluran pernafasan (10%), hipertensi (7,7%). Sementara penyebab pada perempuan kematian terbanyak adalah stroke (24,4%), hipertensi (11,2%), dan penyakit hati (2,2%) (Nurhidayati, 2014)

World health organization quality of life (WHOQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada yang terkait dengan tujuan harapan, standar, dan perhatian. Kualitas hidup merupakan suatu konsep yang sangat luas yang dipengaruhi kondisi fisik individu, psikologis, tingkat kemandirian, serta hubungan sosial individu

dengan lingkungan, berbagai permasalahan yang terjadi pada lansia yang dapat mempengaruhi status gizi dan kualitas hidup lansia tentunya membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat yang berada disekitar lansia baik yang bertempat tinggal dirumah maupun di UPT pelayanan sosial lansia (Lailiyah, 2018).

Ada pun faktor-faktor yang mempengaruhi status hidup yaitu, umur dengan bertambah nya umur seseorang maka akan terjadi penurunan fungsi tubuh yang semakin menonjol diantaranya sistem pencernaan sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup, jenis kelamin juga salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup, pendidikan tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, pekerjaan juga dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, status perkawinan , hubungan dengan orang lain , dan status gizi semakin buruk status gizi seseorang maka semakin buruk pula kualitas hidupnya.

Data WHO pada tahun 2000 usia harapan hidup orang didunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun. Jumlah populasi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Data WHO pada tahun 2009 menunjukkan lansia berjumlah 7,49% dari total populasi, tahun 2011 menjadi 7,69% dan pada tahun 2013 didapat proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (Febrina, 2016).

Berdasarkan data badan koordinasi Keluarga Berencana Rencana Nasional (BKKBN) tahun 2012 jumlah penduduk dikawasan Asia mencapai sebanyak 4,22 miliar jiwa atau 60% dari penduduk dunia. Saat ini populasi lansia yang berusia 65 tahun atau lebih di Jepang dan Korea Selatan telah melampaui populasi lansia Negara-negara di Eropa dan Amerika Serikat. Sementara itu, populasi lansia Cina dan Negara-negara berkembang lainnya

akan menyusul level rata-rata dunia, namun pada tahun 2040 akan jauh di atas rata-rata populasi lansia di dunia.

Laporan perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) 2011, pada tahun 2000- 2005 UHH di Indonesia adalah 66,4 tahun dengan persentase populasi lansia tahun 2000 adalah 7,74%. Angka ini dapat meningkat pada tahun 2045-2050 yang diperkirakan UHH menjadi 77,6 tahun dengan persentase populasi lansia tahun 2045 adalah 28,68% (Kemenkes RI, 2011).

Hasil estimasi tahun 2013 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia tercatat sebesar 248.422.956 jiwa dan 12.553.221 jiwa diantaranya adalah penduduk lansia. Pada tahun 2005 terdapat sebanyak 19,9 juta jiwa lansia (8,48%), sedangkan pada tahun 2010 meningkat menjadi 24 juta jiwa (9,77%), kemudian ditahun 2020 diprediksikan akan menjadi 28,8 juta jiwa (11,34%) dari total jumlah penduduk. Jumlah ini diperkirakan akan mengalami peningkatan lebih besar lagi pada tahun 2050 yaitu sebanyak 73,6 juta jiwa (21,4%).

Sesuai dengan data dari BPS Provinsi Sumatera Barat, jumlah penduduk Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2012 tercatat sebesar 4.904.460 jiwa dan 5,6% diantaranya adalah penduduk berusia tua (> 65 tahun). Jumlah tersebut diperkirakan akan bertambah seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Usia harapan hidup di Sumatera Barat pada tahun 2011 adalah 69,76 tahun angka ini lebih tinggi disbanding data nasional yaitu 65,65 tahun (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat).

Hasil penelitian tentang hubungan, status gizi, dan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia suku bugis dikelurahan sapanang kabupaten pangkep, didapatkan hasil antara status gizi dengan kualitas hidup 40 responden (53,3%) yang berstatus gizi normal terdapat 19 responden (67,9%) memiliki kualitas hidup sedang dan 21

responden (44,7%) lainnya memiliki kualitas hidup rendah (Rahmianti, 2014).

Hasil penelitian tentang gambaran status gizi lansia dipanti sosial tresna werdha desa cot bada tunong kabupaten bireuen aceh, terdapatnya kategori normal pada status gizi lansia sebanyak 42 orang sekitar 93,3% dan status gizi lebih 6,7% sedangkan status gizi kurang tidak dijumpai sementara gizi lebih 3 orang 6,7% (Nurhidayati, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Labiibah, 2015) tentang hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia di posyandu lansia di kecamatan sanden bantul, terdapatnya hubungan kualitas hidup lansia dengan status gizi yaitu dri 97 responden ada 66 orang lansia dengan kualitas hidup yang baik dengan status malnutrisi 3 orang lansia sedangkan lansia yang kualitas hidupnya yang tidak baik sebanyak 6 orang lansia dengan status malnutrisi 22 orang lansia.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dewi (2015), didapatkan hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia dipanti sosial tresna werdha sumatera barat sebanyak 67,2% lansia beresiko terjadinya malnutrisi dan sebanyak 51,4% lansia yang memiliki kualitas hidup buruk dan membutuhkan pengkajian lebih lanjut. Dapat disimpulkan bahwa hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia yang berada di PSTW secara umum mengalami masalah gizi kurang atau beresiko terjadi malnutrisi dan kualitas hidup yang buruk.

Panti sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin merupakan tempat untuk merawat lansia terlantar yang berada dibawah naungan dinas sosial Sumatera Barat. Lansia yang tinggal di PSTW beresiko terjadinya malnutrisi, karena lansia yang berada di PSTW mereka mendapatkan makanan dari pihak panti, bagi pihak panti mereka tidak ada membedakan jumlah makanan asupan makanan bagi lansia perempuan dan laki-laki, fenomena yang

peneliti liat di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin makanan yang di berikan oleh pihak panti sudah mencukupi gizi lansia yang berada di panti namun ada beberapa lansia yang mengalami penurunan nafsu makan disebabkan oleh beberapa hal seperti gigi lansia yang sudah mulai ompong dan disebabkan oleh beberapa penyakit seperti sriawan, radang tenggorokan sehingga lansia susah untuk menelan dan ada pun faktor lain yaitu lansia teringat pada anak dan keluarga mereka.

Data yang peneliti peroleh dari pihak Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin didapatkan data lansia sebanyak 110 orang, dari 110 orang lansia berjenis kelamin laki-laki sebanyak 71 orang dan berjenis kelamin perempuan 39 orang. Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 13 maret 2018 dengan 10 orang lansia yang berada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin, 3 orang dari lansia mengeluh susah mengunyah makanan akibat gigi mereka yang sudah banyak yang tanggal, 2 orang dari lansia juga mengeluhkan nafsu makan berkurang yang tidak diketahui oleh mereka penyebabnya, 3 orang lansia mengatakan menu yang disediakan oleh PSTW tidak berubah yang menyebabkan mereka bosan dengan makanan yang disediakan oleh pihak PSTW dan 2 orang lansia mengatakan mereka dapat makan dengan baik.

Berdasarkan data diatas peneliti telah melakukan penelitian tentang hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Sumatera Barat 2018.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan rancangan “*cross sectional*” yaitu suatu desain penelitian yang mana kedua variabel dependen dan independen diteliti secara bersama dan waktu yang sama. Penelitian ini telah dilaksanakan di PSTW Sabai Nan

Aluih Sicincin. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2018 yang berjumlah 110 orang yang terdiri dari 71 orang laki-laki, 39 perempuan yang berada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara mengacak responden, berdasarkan subjek dan praktis. Dengan kriteria inklusi Laki-laki dan perempuan yang berada di PSTW .

Lansia yang berada di tempat saat melakukan penelitian, Lansia yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*. Variabel independen penelitian adalah status gizi lansia dan variabel dependen penelitian ini adalah kualitas hidup lansia. Penelitian status gizi diukur dengan menggunakan kuesioner *Mini Nutritional Assesment* (MNA). Sedangkan kualitas hidup lansia di ukur dengan menggunakan kuesioner WHOQOL-BERF. Selanjutnya di analisis dengan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bulan februari-agustus yang dilakukan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dari 52 responden di dapat kan hasil sebagai berikut.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin.

N	Status	Frekuensi	Persentase
1	Normal	22	42,3
2	Resiko Mal	27	51,9
3	Malnutris	3	5,8
	Jumlah	52	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 52 orang responden terdapat lebih dari separuh (51,9%) responden mengalami resiko malnutrisi di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2018.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualita pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin.

N o	Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	21	40,4
2	Buruk	31	59,6
	Jumlah	52	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 52 orang responden terdapat lebih dari separuh (59,6%) responden dengan dengan kualitas hidup buruk di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2018.

Tabel 3 Hubungan Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Alui Sicincin.

N o	Status Gizi	Kualitas Hidup				To ta	%	P
		Bai k F	%	Buruk F	%			
1.	Nolmal	14	63,	8	36,	22	100,0	
2.	Resiko Malnutrisi	6	22,	21	77,	27	100,0	0,013
3.	Malnutrisi	1	33,	2	66,	3	100,0	
	Jumlah	21	40,	31	59,	52	100,0	

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 22 orang responden dengan status gizi normal terdapat 14 orang (63,6%) responden dengan kualitas hidup yang baik. Sedangkan dari 27 orang responden dengan status gizi malnutrisi terdapat 21 orang (77,8%) responden dengan kualitas hidup buruk. Dan ada 1 responden yang malnutrisi tetapi memiliki kualitas hidup yang baik. Hasil uji statistic menggunakan uji chi square didapatkan nilai $p=0,013$ ($p<0,05$) artinya terdapat hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di panti sosial tresna werdha (PSTW) sabai nan alui sicincin tahun 2018.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi tahun 2015 tentang hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sumatera Barat didapatkan 67,2% lansia beresiko terjadi malnutrisi. Penelitian yang tidak sejalan dengan peneliti adalah penelitian yang dilakukan Rahmianti tahun 2014 tentang hubungan status gizi, dan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia suku bugis dikelurahan sapanang kabupaten pangkep didapatkan 53,3% lansia berstatus gizi normal.

Status gizi merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk kedalam tubuh dengan kebutuhan tubuh akan zat gizi tersebut. Perbedaan dari status gizi sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yang berasal dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat tersebut setiap hari (Supriasa, 2001). Status gizi lansia pada umumnya dipengaruhi oleh asupan makanan, kurangnya pengetahuan akan pentingnya gizi yang baik. Asupan makanan sangat diperlukan untuk menjalankan berbagai fungsi baik didalam tubuh terkait metabolisme maupun diluar tubuh untuk dapat beraktivitas. Asupan energi dan zat gizi yang sangat kurang dapat menyebabkan meningkatnya kehilangan berat badan tanpa disadari oleh seseorang (Payyet, 2005). Menurut Sharkey (2002), kekurangan zat gizi menunjukkan sebuah ancaman potensial bagi kesehatan pada seluruh populasi lansia karena dapat mengakibatkan keterbatasan dalam aktivitas fisik yang menyebabkan ketidakmampuan melakukan aktivitas sehari-hari, menurunkan daya tahan tubuh lansia terhadap penyakit, yang akan memperburuk masalah medis pada lansia (Nugroho, 2008). Oleh karena itu penting dilakukan penghitungan status gizi pada seseorang.

Menurut analisa peneliti, banyak lansia yang beresiko terjadi malnutrisi dikarenakan lansia banyak yang mengalami penurunan nafsu makan, dari 52 lansia sebanyak 31 (59.6%) lansia mengatakan mereka kehilangan nafsu makan dikarenakan gigi mereka banyak yang sudah ompong sehingga menyulitkan mereka untuk mengunyah, dan dari 52 lansia sebanyak 14 (26.9%) mengalami kehilangan berat badan. Faktor lain yang bisa mendukung lansia beresiko malnutrisi adalah pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) dan lingkaran betis (LB). pengukuran LILA adalah cara untuk mengetahui resiko kekurangan energi protein pada seseorang. Ambang batas LILA dengan resiko kekurangan energi kronik di Indonesia adalah 23.5 cm. berdasarkan data yang diperoleh LILA lansia di PSTW yaitu besar dari 21-22cm. lingkaran betis lansia yang berada di PSTW hampir sebagian besar responden didapatkan LB > 31 cm. Pernyataan ini sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan lansia berdasarkan kuesioner.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 52 orang responden terdapat lebih dari separoh (59,6%) responden dengan dengan kualitas hidup buruk di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluh Sicincin tahun 2018.

Penelitian yang sama dengan peneliti yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dewi Tahun 2015 tentang hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di PSTW Sumatera Barat didapatkan 51,4% lansia yang memiliki kualitas hidup buruk. Penelitian Yani (2010), mendapatkan hasil yang sama dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana gambaran kualitas hidup lansia yang berada di panti sosial tresna werdha (PSTW) Jawa Barat Kabupaten Garut, diperoleh sebanyak 62% lansia yang tinggal di panti menunjukkan kualitas hidup yang rendah sedangkan

hanya 38% lansia dengan kualitas hidup yang baik. Hasil yang sama juga diperoleh dari penelitian Yuniarti (2013) di Makassar, diperoleh gambaran kualitas hidup lansia yaitu 80 % lansia memiliki kualitas hidup buruk dan hanya 20% lansia yang memiliki kualitas hidup yang baik.

Menurut Kreitler & Ben (2004), kualitas hidup diartikan sebagai persepsi individu mengenai keberfungsian individu didalam bidang kehidupan. Lebih spesifiknya adalah penilaian individu terhadap posisi mereka didalam kehidupan, dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka hidup dalam kaitannya dengan tujuan individu, harapan, standar serta apa yang menjadi perhatian individu (Nofitri, 2009).

Menurut analisa peneliti lebih dari setengah responden memiliki kualitas hidup yang dikategorikan buruk. Kualitas hidup yang buruk dapat dilihat pada domain kesehatan fisik dari 52 lansia sebanyak 34 (63.5%) lansia mengatakan kesehatan fisik mereka terganggu sehingga dapat mengalami rasa sakit fisik yang dapat mengganggu aktivitas mereka , dan dari 52 lansia sebanyak 31 (59.6%) lansia mengatakan mereka selalu merasakan perasaan negatif seperti kesepian, putus asa dan cemas sehingga membuat mereka tidak nyaman. Dan dari 52 lansia sebanyak 39 (75.0%) lansia mengatakan biasa-biasa saja terhadap kepuasan diri mereka. Pernyataan ini sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan lansia berdasarkan kuesioner.

Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.4 didapatkan bahwa dari 22 orang responden dengan status gizi normal terdapat 14 orang (63,6%) responden dengan kualitas hidup yang baik. Sedangkan dari 27 orang responden dengan status gizi malnutrisi terdapat 21 orang (77,8%) responden dengan kualitas hidup buruk di panti sosial tresna werdha (PSTW) sabai nan alui sicincin tahun 2018.

Penelitian oleh Dewi (2015), di Sumatera Barat dari 125 orang responden didapatkan ada hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia, diketahui bahwa lansia yang mengalami gangguan nutrisi mengakibatkan terjadinya peningkatan morbiditas, mortalitas, dan penurunan kualitas hidup.

Fatmah (2010), mengungkapkan semakin baik gizi seseorang maka akan semakin baik pula kualitas hidup mereka. Status gizi pada lansia memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup lansia, dimana seorang lansia yang memiliki status gizi yang dikategorikan buruk memiliki kualitas hidup yang buruk dan sebaliknya lansia yang dikategorikan status gizi yang baik akan memiliki kualitas hidup yang baik.

Usia lanjut seringkali dikaitkan dengan masalah malnutrisi, hal ini disebabkan karena pada usia lanjut terjadi penurunan fungsi tubuh mulai dari menurunnya kemampuan alat indra seperti indra penciuman, penurunan indra pengecap dalam hal ini cita rasa sampai pada penurunan fungsi gastrointestinal dan fungsi usus yang semuanya menyebabkan penurunan nafsu makan sehingga mempengaruhi status gizi yang dapat berdampak pada kualitas hidup karena dengan status gizi yang buruk dapat mengakibatkan keterbatasan dalam aktivitas fisik sehingga menyebabkan ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Oktariyani, 2012).

Menurut analisa peneliti, terdapatnya hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia dapat disebabkan oleh lansia yang berada di PSTW yaitu faktor yang mempengaruhi status gizi dan kualitas hidup mereka seperti dari kesehatan fisik mereka, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan kesehatan lingkungan.

Kesehatan fisik yang terganggu berupa keluhan-keluhan kesehatan akan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental lansia. Gangguan kesehatan fisik yang dialami lansia berupa fungsi tubuh secara fisik dan fisiologis, nyeri dan kesehatan umum, dimana pada lansia terjadi penurunan fungsi tubuh berupa penurunan pada organ pencernaan yang dimulai dari mulut, pada mulut banyak terjadi gangguan berupa gigi yang ompong, sakit saat mengunyah makanan, sehingga makanan tidak dikunyah dengan sempurna yang dapat memperlambat penyerapan pada sari-sari makanan oleh tubuh. Pada esophagus, terjadi juga gangguan berupa sulit menelan makanan.

Pada penelitian ini juga diperoleh hasil bahwa ada sebagian responden yang tergolong dalam kategori malnutrisi tetapi memiliki kualitas hidup yang baik. Hal ini terjadi karena nutrisi bukan satu-satunya yang menjadi indikator yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup. Ada banyak faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia berupa adanya keluhan dan penyakit, usia, tingkat pendidikan, lingkungan, pekerjaan, penghasilan, dan transportasi serta tempat tinggal lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas maka dari penelitian ini dapat disimpulkan beberapa hal mengenai Hubungan Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Alui Sicincin tahun 2018, yaitu sebagai berikut, Terdapat lebih dari separoh 51,9% responden mengalami resiko malnutrisi di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Alui Sicincin tahun 2018, Terdapat lebih dari separoh 59,6% responden dengan dengan kualitas hidup buruk di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Alui Sicincin tahun 2018, Ada hubungan bermakna antara status gizi

dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Alui Sicincin tahun 2018.

SARAN

Bagi PSTW Sabai Nan Alui Sicincin agar lebih memperhatikan keadaan lansia yang berisiko untuk terjadi malnutrisi dengan cara pengawasan saat pemberian makanan dan asupan cairan pada lansia agar dapat memastikan asupan makanan dan asupan cairan lansia. Sebaiknya diadakan pengukuran dan pencatatan status gizi lansia. sebaiknya makanan yang diberikan pada lansia disesuaikan dengan jenis kelamin lansia dan sesuai dengan kemampuan lansia dalam mengunyah makanan agar lansia dapat memakan semua makanan yang disediakan oleh pihak PSTW. Diharapkan pada institusi pendidikan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi dan sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan profesionalisme dan mutu pelayanan keperawatan khususnya keperawatan gerontik.

Bagi Pihak PSTW

Bagi PSTW Sabai Nan Alui Sicincin agar lebih memperhatikan keadaan lansia yang berisiko untuk terjadi malnutrisi dengan cara pengawasan saat pemberian makanan dan asupan cairan pada lansia agar dapat memastikan asupan makanan dan asupan cairan lansia.

Sebaiknya diadakan pengukuran dan pencatatan status gizi lansia. sebaiknya makanan yang diberikan pada lansia disesuaikan dengan jenis kelamin lansia dan sesuai dengan kemampuan lansia dalam mengunyah makanan agar lansia dapat memakan semua makanan yang disediakan oleh pihak PSTW.

Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan pada institusi pendidikan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi dan sebagai bahan

masuk dalam upaya meningkatkan profesionalisme dan mutu pelayanan keperawatan khususnya keperawatan gerontik.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji lebih dalam terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi lansia dan kualitas hidup lansia dan perbandingan mengenai pengukuran status gizi lansia dengan menggunakan *Mini Nutritional Assessment* (MNA) lansia yang tinggal dikomunitas dengan lansia yang tinggal di PSTW.

UCAPAN TERIMAKASI

Terimakasih kepada Pimpinan Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin dan . Seluruh responden dan pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abikusno, N., Turana, y., & Santika, A. *Buletin jendela data dan informasi kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2013.
- Bunadi. *Gizi Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC; 2013.
- Dewi. Hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di PSTW Sumatera Barat: Jurnal; 2015.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. *Gizi dan kesehatan masyarakat*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2010.
- Febrina. Profil tekanan darah pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. 2016. Dari: Jurnal. Scholar.Unand.ac.id.
- Fatmah. *Gizi usia lanjut*. Jakarta: PT Erlangga; 2010.

- Guigoz, Y. The mini nutritional assessment (MNA) review of the literature-what does it tell us. 2006. *The journal of nutritional, healt & aging*. 10 (6), 466-487.
- Hidayat, A. A (2018). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Istiany, A. & Rusilanti. (2013). *Gizi terarapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Labiibah, dkk. *Hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia di Posyandu Lansia di Kecamatan Sanden Bantul*. 2015. Dari: Jurnal. Eprints.ac.id.
- Lailiyah, dkk. *Status gizi dan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dan pelayanan Sosial Tresna Werdha*. 2018. Dari: Jurnal. <https://jurnal.unej.ac.id>
- Nurhidayati, *Gambaran status gizi lansia di PSTW Desa Cot Bada Tunong Kabupaten Bireuen Aceh*. 2014. Dari: Jurnal. Umuslim.ac.id.
- Nugroho Wahyudi, *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: EGC; 2008.
- Nursalam, *Konsep dan Penerapan Metodologi Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- Notoadmodjo Soekidjo, *Metodelogi penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2010.
- Oktariyani, *Gambaran status gizi lansia di PSTW Budi Mulya 01 dan 03 Jakarta timur (Skripsi, Universitas Indonesia)*; 2012.
- Sunaryo, dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV. Andi Offest; 2016.
- Stanley. M. & Beare.G.P. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik edisi 2*.

