

ABSTRAK

Peran Keluarga Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Pada

Lansia di Desa Nglarangan Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo

Oleh : Muhammad Lutfi A. F

Gizi seimbang merupakan aneka ragam bahan pangan yang mengandung unsur-unsur zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, baik kualitas (fungsinya), maupun kuantitas (jumlahnya). Salah satu faktor yang mempengaruhi pemenuhan gizi seimbang pada lansia adalah peran keluarga. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengidentifikasi seberapa besar peran keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia.

Desain penelitian adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah sebagian keluarga yang mempunyai lansia di Desa Nglarangan Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo sejumlah 121 responden. Total sampel pada penelitian ini berjumlah sebanyak 30 responden dengan tehnik sampling purposive sampling . pengumpulan data dengan metode kuisisioner yang diberikan langsung pada responden.

Dari hasil penelitian ditetapkan 20 responden (66,7%) memiliki peran buruk dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia dan 10 responden (33,3%) memiliki peran baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peran keluarga sangat berpengaruh terhadap lansia dalam pemberian asupan gizi agar gizi pada tubuh lansia tercukupi dan seimbang sehingga lansia dapat hidup sehat jasmani maupun rohani guna untuk kelangsungan hidup sejahtera lansia di masa tua.

Kata kunci: Peran Keluarga, Gizi seimbang lansia

