

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses menua dapat terlihat secara fisik dengan perubahan yang terjadi pada tubuh dan berbagai organ serta penurunan fungsi tubuh serta organ. Perubahan secara biologis ini dapat mempengaruhi status gizi pada masa tua diantaranya berkurangnya massa otot, bertambahnya massa lemak, penurunan mobilitas usus, banyaknya gigi yang tanggal, penurunan indra penglihatan serta berkurangnya kapasitas ginjal untuk mengeluarkan air dalam jumlah besar (Hutapea, 2005).

Untuk mengkompensasi terjadinya penurunan fungsi fisiologis lansia dan berbagai masalah yang menyertai pada periode ini, maka harus diberikan nutrisi yang cukup pada lansia agar sesuai dengan aktivitas lansia. Asupan gizi seimbang sangat diperlukan bagi usia lanjut sehat maupun yang sakit untuk mempertahankan kualitas hidupnya serta diperlukan dalam proses penyembuhan dan mencegah agar tidak terjadi komplikasi lebih lanjut dari penyakit yang dideritanya (Siti, 2009).

Keluarga sangat berperan penting dalam menjaga status kesehatan lansia melalui pemenuhan kebutuhan gizi seimbang karena keluarga merupakan pihak terdekat dengan lansia. Peran keluarga dalam pemenuhan gizi yang seimbang pada lansia sangat diperlukan agar tercapainya status kesehatan lansia yang optimal sehingga kualitas hidup lansia dapat meningkat.

Meskipun demikian, kenyataan di masyarakat masih banyak keluarga yang menganggap remeh masalah pemenuhan gizi lansia karena mereka menganggap bahwa proses menua adalah hal pasti dialami oleh setiap orang.

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB), melalui lembaga kependudukan dunia *United Nations Population Fund* (UNFPA), melaporkan jumlah penduduk lansia, yaitu usia 60 tahun atau lebih, pada tahun 2009 telah mencapai jumlah 737 juta jiwa, Jumlah ini akan mencapai sekitar 2 miliar, 22 % dari total penduduk dunia pada tahun 2050 (UN, 2010). Di Indonesia pada tahun 2012, jumlah lansia berusia 60 ke atas sebanyak 18.244.429 orang dari total penduduk 238.520.797 jiwa. Berdasarkan proyeksi penduduk Indonesia, penduduk lansia meningkat menjadi 12 % (32 juta) pada tahun 2020. Dari total tersebut banyak yang mengalami gangguan pemenuhan gizi yaitu yang mengalami gizi kurang (IMT 16,5-18,49) sebanyak 31% dan gizi lebih sebanyak 1,8% (Wamendiknas, 2012 : 1). Untuk Propinsi Jawa Timur, pada tahun 2012 jumlah lansia mencapai 5,5 juta jiwa atau (10,92%) dari jumlah penduduk sebanyak 37.794.003 jiwa 3,7% dari jumlah yang ada mengalami masalah kekurangan gizi. Sementara di Kabupaten Ponorogo pada akhir 2011, tercatat jumlah penduduk lanjut usia sebesar 132,490 jiwa dan sebesar 2% mengalami masalah kekurangan asupan gizi. Dari data yang ada, kecamatan Kauman merupakan kecamatan yang mempunyai jumlah lansia terbanyak yaitu 7,807 jiwa (Dinkes Ponorogo, 2011 dalam Wahyuni, 2012).

Dan dari data yang diperoleh, Desa Nglarangan Kecamatan Kauman mempunyai lansia paling banyak mengalami kekurangan gizi dengan jumlah

121 jiwa (Puskesmas Kauman, 2012). Hasil studi pendahuluan melalui penyebaran angket kepada sepuluh keluarga yang memiliki lansia dengan masalah gizi, didapati 4 keluarga memiliki peran cukup terhadap pemenuhan gizi seimbang pada lansia dan sisanya sebanyak 6 keluarga memiliki peran yang kurang.

Keberadaan lansia memotivasi kesadaran akan pentingnya upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan kelompok lanjut usia sehingga secara fisik maupun mental mereka dapat merasakan kenyamanan, kebugaran serta dapat memberikan respon yang baik terhadap semua kesempatan yang ada. Tugas pengembangan keluarga merupakan tanggung jawab yang harus dicapai oleh keluarga dalam setiap tahap perkembangannya. Keluarga diharapkan dapat memenuhi kebutuhan biologis setiap anggota keluarga. Pengaturan hidup bagi usia lanjut merupakan faktor yang sangat penting dalam mendukung kesejahteraan usia lanjut (Watson Roger, 2003).

Dalam melakukan perawatan terhadap lansia, setiap anggota keluarga memiliki peranan yang sangat penting. Keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peranan keluarga dalam perawatan lansia antara lain menjaga dan merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status gizi dan mental lansia (Siti 2009).

Bagi lansia pemenuhan kebutuhan gizi yang diberikan dengan baik dapat membantu dalam proses beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang dialaminya selain itu dapat menjaga kelangsungan pergantian sel-sel tubuh sehingga dapat memperpanjang usia (Hutapea, 2005).

Dengan adanya gangguan dan kemunduran yang dideritanya, menyebabkan lanjut usia menjadi tidak mandiri dan membutuhkan orang lain untuk menyediakan kebutuhan gizi serta dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari (Notoatmodjo, 2007). Memberikan perhatian pada lanjut usia dan mengupayakan agar kebutuhan gizinya tercukupi supaya mampu menyesuaikan diri dengan kondisi fisiologinya, adalah kewajiban keluarga dan lingkungan (Supartondo, 2003).

Berdasarkan pada latar belakang diatas serta mengingat pentingnya peranan keluarga dalam melakukan perawatan terhadap lansia, membuat peneliti merasa perlu melakukan penelitian lebih mendalam lagi dengan judul : “Peran Keluarga Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Pada Lansia Di Desa Nglarangan Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana peran keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia di Desa Nglarangan Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi peran keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia di Desa Nglarangan Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan peneliti tentang karya ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan peran keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada lansia.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai informasi tambahan bagi peserta didik dalam materi pembelajaran tentang keperawatan keluarga khususnya pemenuhan kebutuhan gizi pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Keperawatan

Menambah pengetahuan bagi peneliti dan pembaca yang ingin mengetahui tentang hal-hal yang terkait dengan pemenuhan kebutuhan nutrisi pada lansia. Juga dapat dijadikan sebagai bahan informasi tambahan materi penyuluhan terhadap keluarga yang memiliki lansia dirumah. Selain itu dapat dijadikan sebagai *evidence base* bagi praktek keperawatan semua tata pelayanan kesehatan terutama keperawatan keluarga dan gerontik.

2. Keluarga Lansia

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi bagi keluarga dalam merawat lansia untuk meningkatkan kualitas hidup

lansia agar lansia dapat menjalani hari tua dengan rasa aman, nyaman dan menyenangkan.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan minat remaja dalam menentukan pilihan di dalam dunia pendidikan.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan sehubungan dengan penelitian ini diantaranya :

1. Dea Anenta (2012) meneliti tentang hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku lansia terhadap gizi dengan status gizi lansia di RW 02 Kelurahan Depok jaya kecamatan Pancoranmas. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *Cross sectional* untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku lansia di RW 02 Kecamatan pancoran Mas Kelurahan Bukit Jaya. Sampel penelitian ini berjumlah 70 orang. Data analisis penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Kolmogorof Smirnov* ($p=0,005$). Hasil analisis untuk variabel pengetahuan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan lansia dengan status gizi yaitu ($p=1,000$), tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap lansia dengan status gizi ($p=0,811$), tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku lansia dengan status gizi ($p=0.999$). perlu perhatian terhadap masalah gizi lansia misalnya dengan kegiatan posyandu usila,

konseling atau penyuluhan gizi dan kesehatan yang bermanfaat bagi lansia.

2. Junika Suci Lestari (2012) Gambaran pengetahuan keluarga dalam pemberian gizi pada lansia di Desa Sidorejo Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan keluarga dalam pemberian gizi pada lansia di Desa Sidorejo Kecamatan Siantar yang dilakukan pada tanggal 22 Desember 2011 sampai dengan 02 Januari 2012. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan teknik *total sampling*, dan uji reliabilitas dengan menggunakan *KR-21* yang mendapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,81. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 60 responden yang merupakan keluarga yang tinggal bersama dengan lansia. Berdasarkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden berusia 51 - 60 tahun sebanyak 42 responden (70%), lebih dari setengah responden adalah perempuan berjumlah 42 orang (70%), dan lebih dari setengah responden berpendidikan SMP berjumlah 34 orang (57%). Tingkat pengetahuan keluarga dalam pemberian gizi pada lansia dalam kategori cukup dengan persentase sebesar 60%, hal ini dikarenakan rata-rata responden memiliki latar belakang pendidikan SMP yang berpengaruh dalam hal mudah tidaknya mencerna informasi tentang kesehatan yang telah didapat, dan rata-rata responden bekerja sebagai buruh yang memiliki waktu yang sangat sedikit untuk mengakses informasi tentang kesehatan dalam hal ini gizi pada lansia. Dari hasil penelitian ini

diharapkan ada penelitian lanjutan yang membahas tentang hubungan antara nutrisi yang seimbang bagi lansia dengan status kesehatan lansia yang berdampak pada kualitas hidup.

