

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN DUKUNGAN KELUARGA TENTANG GIZI PADA LANSIA DI KELURAHAN PULAU SIMARDAN TANJUNG BALAI TAHUN 2020

Meni Fuzi Astuti Tanjung
STIKes Sakinah Husada Tanjung Balai
Email: menifuzi88@gmail.com

ABSTRACT

According to WHO (World Health Organization) Naturally, the elderly will experience the aging process so that this process will reduce physical, psychological and social conditions which result in health problems in old age, for lifestyles in old age can also be influenced by food and drink. drinks consumed, namely eating that is not contained in the nutritional value, and consuming alcoholic beverages, so that this kind of lifestyle can also affect the nutritional status of the elderly. This study aims to make the elderly understand the nutrients needed by the body. This research is descriptive in nature using primary data, namely data obtained from direct field observations using a previously designed questionnaire to determine the relationship between knowledge and family support about nutrition in the elderly in Pulau Simardan Village, Tanjung Balai City in 2020, the population and sample in this study amounted to 38 respondents and based on the results of the study, respondents who had good knowledge with good support categories were 7 people (58.3%), and respondents who were well informed with less support were 5 people (41.7%), the results showed a significant relationship between knowledge Elderly with family support for nutrition in the elderly with a value of $p=0.002$ 0.05 ($p<0.05$). From this research, it is hoped that every elderly will seek and explore more information in order to increase knowledge about nutrition in the elderly

Keywords: Knowledge, support, nutrition, elderly

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan salah satu fase hidup yang akan dialami oleh setiap manusia, meskipun usia bertambah dengan diiringi penurunan fungsi organ tubuh tetapi lansia tetap dapat menjalani hidup sehat. Salah satu hal yang paling penting adalah merubah kebiasaan. Tidak hanya meninggalkan kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan, tetapi beberapa pola hidup sehat seperti olah raga dan menjaga pola makan memang harus dilaksanakan (Kemenkes RI, 2017)

Menurut WHO (World Health Organization) Secara alamiah lansia akan mengalami di mana proses penuaan sehingga pada proses ini akan menurunkan pada kondisi fisik, psikologi dan social yang mengakibatkan masalah kesehatan pada usia lanjut, untuk gaya hidup pada usia lanjut dapat juga di pengaruhi oleh makanan dan minuman yang dikonsumsi, yaitu makan yang tidak ada terdapat pada nilai gizinya, dan mengonsumsi minuman beralkohol, sehingga dengan gaya hidup semacam ini dapat juga mempengaruhi

status gizi pada lanjut usia (Ilham et al., 2021)

Populasi lansia dari tahun ke tahun semakin meningkat dan mendominasi kelompok usia lainnya. Berdasarkan data proyeksi penduduk diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%) yang mempunyai penduduk lansia dengan propensi tertinggi di Indonesia adalah Daerah Istimewa Yogyakarta (13,8%) 2) . Jumlah lansia di Jawa Tengah tahun 2017 mencapai 4.312.322 orang yang berusia diatas 60 tahun dan 2.826.000 orang diatas 65 tahun dari jumlah penduduk Jawa Tengah 34,3 juta 3) . Masalah kesehatan yang dialami lansia saat ini adalah kesakitan akibat penyakit degeneratif, selain kasus penyakit infeksi dan kekurangan gizi dan penyakit kronis (Kemenkes RI, 2013)

Seiring dengan populasi lansia di Indonesia yang semakin meningkat, berbagai masalah kesehatan dan penyakit yang khas terdapat pada lansia akan meningkat (Rohmawati et al., 2015). Menurut data (Riskesdas, 2018), sebesar 9,3% masyarakat dewasa di Indonesia memiliki status gizi kurus dan sebesar 21,8% memiliki status gizi obesitas, angka ini mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas 2013 bahwa status gizi kurus

sebesar 8,7% dan status gizi obesitas sebesar 15,4%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 lansia yang memiliki status gizi kurus sebesar 40,6%, angka ini mengalami penurunan pada tahun 2018 menjadi 32,4%, sedangkan status gizi obesitas lansia tahun 2013 sebesar 18,1%, angka ini mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 31,2%. Di Provinsi Riau status gizi obesitas tahun 2018 sebesar 20,4%, mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013 yaitu sebesar 13,7%. Kesehatan lansia pada dasarnya terletak pada status gizinya. Permasalahan gizi yang sering terkait dengan lansia adalah malnutrisi, malnutrisi dikategorikan menjadi 2 yaitu gizi lebih dan gizi kurang. Gizi kurang merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada lansia.

Menurut Mardalena 2017, dalam (Misbahuddin, 2019) Status gizi adalah keadaan tubuh manusia sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Adapun kategori dari status gizi dibedakan menjadi tiga yaitu gizi lebih, gizi baik, dan gizi kurang. Baik buruknya status gizi manusia dipengaruhi oleh 2 hal pokok yaitu konsumsi makanan dan keadaan kesehatan tubuh atau infeksi. Dalam ilmu gizi, status gizi lebih dan status gizi kurang disebut sebagai malnutrisi, yakni keadaan

patologis akibat kekurangan atau kelebihan secara relatif ataupun absolut satu atau lebih zat gizi.

Berdasarkan hasil penelitian (Nurhayati et al., 2019), dengan judul Tingkat Pengetahuan Keluarga Dalam Pemberian Gizi Pada Lansia Cepogo, Boyolali Hasil penelitian menggunakan Chi square menunjukkan bahwa Asimpt. Sig sebesar 0,003 dimana $p < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan keluarga dalam pemberian gizi dengan status gizi lansia. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang tentang pemberian gizi lansia maka semakin baik pula status gizinya, sebaliknya pengetahuan yang kurang dalam hal pemberian gizi lansia semakin kurang atau lebih status gizinya. Berdasarkan, data dinkes Sumatera Utara tahun 2019, kota tanjung Balai merupakan terendah ke 9 dari 23 kota dan Kabupaten di Sumatera Utara yang memiliki pelayanan Kesehatan lansia terendah serta survey pendahuluan yg dilakukan peneliti terdapat 6 lansia yang tinggal tanpa keluarga lainnya berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul

“Hubungan Pengetahuan Lansia Dengan Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020”

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif menggunakan data primer yang diambil langsung dari responden, selain itu penelitian ini juga menggunakan data sekunder dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden secara langsung. Kemudian data diolah dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi, jumlah populasi penelitian ini berjumlah 38 orang, sehingga tehnik pengambilan sampel penelitian ini adalah total populasi dijadikan sampel, penelitian ini dilakukan di Kelurahan Pulau Simardan pada Tahun 2020. Waktu penelitian dimulai dari bulan Juni – Desember 2020. Analisa data pada penelitian ini yaitu analisis Univariat yaitu untuk mengetahui pengetahuan dan Analisa Bivariat untuk mengetahui Hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga pada gizi lansia menggunakan uji Chisquare

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi Pengetahuan Lansia Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020

| Pengetahuan Lansia | Frekuensi | Persentase % |
|--------------------|-----------|--------------|
| Baik | 12 | 31,6 |
| Cukup | 26 | 68,4 |
| Kurang | - | - |
| Total | 38 | 100 |

Berdasarkan Tabel 1 diatas diketahui bahwa Hubungan Pengetahuan Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020 mayoritas responden 68,4% memiliki pengetahuan cukup, sedangkan sebesar 31,6% responden memiliki pengetahuan baik

Tabel 2. Distribusi frekuensi Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Desa Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020

| Dukungan Petugas Kesehatan | Frekuensi | Persentase % |
|----------------------------|-----------|--------------|
| Dukungan Baik | 10 | 26,3 |
| Dukungan Kurang | 28 | 73,3 |
| Total | 38 | 100 |

Berdasarkan Tabel diatas Distribusi frekuensi Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Desa Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020 Mayoritas dukungan Kurang yaitu 73,3%, dan minoritas dukungan baik yaitu 26, %

Analisis Bivariat

Tabel 3. Distribusi frekuensi Hubungan Pengetahuan Lansia Dengan Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020

| NO | Pengetahuan | Dukungan | | | | Value | Jumlah |
|----|-------------|----------|------|--------|------|-------|--------|
| | | Baik | | kurang | | | |
| | | F | % | F | % | | |
| 1 | Baik | 7 | 58,3 | 5 | 41,7 | 0,002 | 12 |
| 2 | Cukup | 3 | 11,5 | 23 | 88,5 | | 26 |
| 3 | Kurang | - | - | - | - | | - |
| | Total | 10 | | 28 | | | 38 |

Berdasarkan Tabel diatas, dapat diketahui bahwa responden yang berpengetahuan baik dengan

kategori dukungan baik sebanyak 7 orang (58,3%), dan responden yang berpengetahuan baik dengan dukungan kurang sebanyak 5 orang (41,7%). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan Lansia dengan dukungan keluarga terhadap Gizi pada Lansia dengan nilai $p=0,002$ $\alpha 0,05$ ($p<0,05$) yang berarti bahwa semakin baik tingkat pengetahuan lansia maka semakin baik pula dukungan keluarga terhadap Gizi lansia

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan Lansia Dengan Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020, menunjukkan sebagian besar tingkat pengetahuan Lansia tentang Status Gizi Lansia mayoritas responden 68,4% memiliki pengetahuan cukup, sedangkan sebesar 31,6% responden memiliki pengetahuan baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat (Notoadmojo, 2016), bahwa pengetahuan merupakan hasil dan tahu terjadi melalui panca indera penglihatan, pendengaran, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari pendidikan, pengalaman sendiri maupun orang lain dan lingkungan sekitarnya. Hal ini juga sejalan dengan Hal ini sesuai dengan pendapat (Ayubi, 2009). menyatakan pengetahuan merupakan faktor pencetus yang kuat untuk mendorong seseorang berperilaku, Menurut asumsi peneliti rendahnya pengetahuan lansia terhadap gizi disebabkan karena kurangnya support dari keluarga dalam pemenuhan gizi yang baik untuk lansia factor lain yang juga dapat mempengaruhi adalah kurangnya informasi pada lansia tentang makanan makanan apa saja yang baik dikonsumsi serta kandungan didalam makanan tersebut.

Dari Hasil penelitian yang telah dilakukan didapat Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai

Tahun 2020 Mayoritas dukungan Kurang yaitu 73,3 %, dan minoritas dukungan baik yaitu 26,3 %. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori (Notoadmojo, 2016), Dukungan merupakan sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggotanya salah satunya adalah Lansia. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga, anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan bantuan dan pertolongan jika diperlukan.

Menurut asumsi penulis, bahwa Dukungan Keluarga juga sangat berperan penting bagi kehidupan lansia, apabila keluarga memberikan dukungan, dorongan dan perhatian penuh kepada lansia maka pengetahuan lansia semakin besar mengenai Gizi Lansia yang harus dipenuhi, dan begitu juga sebaliknya jika dukungan keluarga berkurang maka lansia merasa tidak didukung dan diperhatikan sehingga dapat memengaruhi kehidupan lansia.(Ilham et al., 2021)

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian Tentang Hubungan Pengetahuan Lansia Dengan Dukungan Keluarga Tentang Gizi Pada Lansia di Kelurahan Pulau Simardan Kota Tanjung Balai Tahun 2020 semakin baik tingkat pengetahuan lansia maka semakin baik pula dukungan keluarga terhadap Gizi Lansia.

SARAN

Disarankan kepada tenaga kesehatan setempat utk lebih fokus dalam memberikan informasi terkait gizi yang diperlukan pada lansia, serta kepada lansia utk tetap menjaga pola makan yang sehat dan bergizi

DAFTAR PUSTAKA

- Ayubi, D. (2009). Kontribusi pengetahuan ibu terhadap status imunisasi anak di tujuh provinsi di Indonesia. *Publikasi Penelitian Terapan Dan Kebijakan*, 3(1).
- Ilham, M., Narmawan, N., & Tahiruddin, T. (2021). Factors Associated With the Incidence of Hypertension on Elderly In Kandai Public Health Center, Kendari. *KLASICS*, 1(1), 5–9.
- Kemenkes RI. (2013). Riset kesehatan dasar; RISKESDAS. *Jakarta: Balitbang Kemenkes RI, 2013*, 110–119.
- Kemenkes RI. (2017). Analisis Lansia di Indonesia. *Pus. Data Dan Inf. Kementeri. Kesehat. Ri*.
- Misbahuddin, M. (2019). *KONTRIBUSI STATUS GIZI TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PENJAS SISWA SD INPRES BONTO-BONTOA SUNGGUMINASA. UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR.*
- Notoadmojo, S. (2016). *Metodologi pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhayati, I., Yuniarti, T., & Putri, A. P. (2019). Tingkat Pengetahuan Keluarga Dalam Pemberian Gizi Pada Lansia Cepogo, Boyolali. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 125–130.
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200.
- Rohmawati, N., Asdie, A. H., & Susetyowati, S. (2015). Tingkat kecemasan, asupan makan, dan status gizi pada lansia di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(2), 62–71.