

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jumlah penduduk lanjut usia pria lebih rendah dibanding wanita. Terlihat dari persentase pria dan wanita dari penduduk lanjut usia berdasarkan estimasi dan proyeksi demografi oleh WHO. Tahun 1970 ,jumlah pria 4,9% dari jumlah penduduk dan wanita 5,5% dari jumlah penduduk. Tahun 2025 diprediksi jumlah pria sebesar 11,6% dan wanita 13,8% dari jumlah penduduk dan tahun 2050 diprediksi pria sebesar 20,0% sedangkan wanita 23,1% dari jumlah penduduk (United Nations,1988 dalam Hardywinoto dan Setiabudhy, 1999).

Di daerah Jawa Barat, permasalahan gizi pada lansia disebabkan oleh penurunan kondisi fisik, baik anatomis maupun fisiologisnya. Penelitian studi ini komparatif yang dilakukan di daerah Jawa Barat tentang masalah gizi pada lansia menyebutkan lebih dari 50% lansia di daerah perkotaan dan pedesaan pola makan yang tidak stabil. Kejadian status gizi kurang masih cukup tinggi pada lansia di pedesaan (25,2%) (Bardosono, 2000).

Berdasarkan jenis kelamin, terlihat bahwa penduduk laki-laki lebih banyak dibandingkan dengan jumlah penduduk perempuan. Gambaran ini terlihat di hampir seluruh Kabupaten/Kota, terkecil Kabupaten Indramayu (Laki-laki 49,78% perempuan 50,22%). Jumlah penduduk di daerah penyangga Ibukota, yaitu di Kabupaten Bogor, Kota Bogor, Kabupaten Bekasi, Kota Bekasi dan Kota Depok sebanyak 11.930.991 Jiwa atau 26% dari jumlah

penduduk Jawa Barat. Dengan begitu dapat disimpulkan seperempat penduduk Jawa Barat tinggal di daerah pengangga Ibu kota.

Menurut Edmon (1997) faktor-faktor yang mempengaruhi keadaan gizi dan asupan energi pada lansia yaitu berdasarkan karakteristik penduduk yang khususnya umur dan jenis kelamin dan juga faktor-faktor lain yaitu status kesehatan, gigi, mental, status kognitif, pendidikan dan pengetahuan, pendapatan, konsumsi makanan, kebiasaan makan, faktor genetik, tingkat hormonal dan penyakit, gaya hidup, aktivitas fisik, stress, dan kebiasaan merokok.

Energi (kalori) bagi tubuh dapat diperoleh baik dari karbohidrat (pati, gula), lemak, maupun protein yang masing-masing memberikan 4,4 dan 9 kilokalori (Kcal) per gramnya. Kebutuhan tubuh akan energi ditentukan karakteristik penduduk (umur dan jenis kelamin) dan juga aktivitas fisik. Umumnya orang dewasa membutuhkan energi sekitar 2.100-2.700 Kcal per harinya. Beberapa penelitian menemukan bahwa metabolisme basal pada orang-orang berusia lanjut menurun sekitar 15-20%. Hal ini terutama disebabkan karena berkurangnya massa otot (tubuh lebih berlemak).

Permasalahan yang lain pada lansia adalah kegemukan, harus dihindarkan pada lansia karena ketidakseimbangan antara jumlah energi yang masuk (dari makanan) dengan energi yang digunakan untuk melakukan aktivitas. Terlebih lagi para lansia yang menderita penyakit jantung, hiperlipidemia (kadar trigliserida dan atau kolesterol darahnya melebihi normal), tekanan darah tinggi, diabetes atau arthritis, karena kegemukan akan memperberat penyakitnya dan dapat mempercepat terjadinya kematian.

Protein diperlukan untuk pertumbuhan, mengganti jaringan yang rusak dan untuk mempertahankan tubuh dari serangan infeksi. Karena pada orang dewasa dan lansia tidak terjadi lagi pertumbuhan, maka kebutuhan tubuhnya akan protein lebih sedikit dibandingkan dengan bayi dan anak-anak maupun remaja. Secara rata-rata, untuk orang dewasa kebutuhan akan protein adalah 0,8 gram per kg berat badan per hari atau sekitar 48 gram per hari bagi yang berat tubuhnya 60 kg.

Meskipun massa otot pada lansia telah jauh berkurang dibandingkan dengan orang dewasa muda, hal ini tidak berarti bahwa konsumsi proteinnya juga harus dikurangi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa untuk mempertahankan keseimbangan nitrogen tubuhnya para lansia memerlukan konsumsi protein yang lebih banyak dibandingkan dengan orang dewasa muda. Karena efisiensi penyerapan dan penggunaan senyawa nitrogen oleh tubuh telah berkurang. Selain itu, adanya stress (tekanan batin), penyakit infeksi, patah tulang dan adanya penyakit lainnya, meningkatkan kebutuhan tubuh akan protein.

Berdasarkan Data Riskesdas 2010, prevalensi status gizi pada lansia usia 65 tahun keatas yang kurus terdiri dari laki-laki berkisar 27,5 % dan perempuan berkisar 29%. Dan penduduk yang mengkonsumsi energi dibawah kebutuhan minimal yaitu <70% ANGKA Kecukupan Gizi menurut provinsi, Riskesdas 2010 pada provinsi Jawa Barat hanya 45,7%. Rata-rata tingkat konsumsi dan persentase penduduknya yang diperkotaan asupan protein yang mengkonsumsinya di bawah kebutuhan minimal < 80% terdiri dari laki-laki 39,7% dan perempuan 35,7%. dan asupan energinya di daerah perkotaan <

80% terdiri dari laki-laki 52,6% dan perempuan 45,8%. Sedangkan yang mengkonsumsi proteinnya masih di bawah kebutuhan minimal di daerah pedesaan yaitu laki-laki 53,2% dan perempuan 51,3%

Berdasarkan data yang diperoleh maka penulis akan menganalisis asupan energi, protein pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di provinsi Jawa Barat menggunakan data RISKESDAS 2010.

B. Identifikasi Masalah

Status gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor genetik dan faktor sex. Sedangkan yang termasuk faktor eksternal adalah faktor (asupan makanan), faktor obat-obatan (alkohol dan kecanduan), faktor lingkungan, dan faktor penyakit dan juga factor aktivitas fisik.

Faktor eksternal, yaitu : faktor gizi yang mempengaruhi pertumbuhan gizi lansia. Faktor obat-obatan yaitu alkohol dan kecanduan obat-obatan. Sebagai contoh pada lansia yang mengkonsumsi alkohol mungkin status gizi lansia tersebut tidak baik, dan menyebabkan tidak nafsu makan. Demikian juga pada lansia yang mengkonsumsi obat-obatan sehingga kecanduan obat-obatan dan mempunyai status gizi yang tidak baik juga. Faktor lingkungan sangat menentukan tercapainya potensi genetik yang optimal. Faktor penyakit misalnya endokroin yaitu hormon pertumbuhan, infeksi seperti bakteri akut dan kronis kongenital yaitu kelainan metabolisme sejak lahir, penyakit kronis seperti kanker, psikologis seperti kemunduran mental/emosi, faktor status gizi yang baik banyak dipengaruhi oleh gaya hidup yang sehat. Dengan demikian

mengikuti anjuran gizi seimbang, seperti makan dengan teratur, banyak mengonsumsi zat gizi makro yang adekuat, dan cukup mengonsumsi sayur dan buah.

Kebutuhan energi menurun sehubungan dengan meningkatnya usia. Hal ini disebabkan banyak sel yang kurang aktif yang mana mengakibatkan menurunnya kalori basal yang dibutuhkan tubuh, yang akhirnya mengakibatkan kegiatan fisik yang menurun. Protein pada lansia tidak lagi untuk pertumbuhan, tetapi untuk pemeliharaan dan pengganti sel-sel jaringan yang rusak, serta pengaturan fungsi fisiologis tubuh.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada variabel asupan energi, protein, pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut: apakah ada perbedaan asupan energi, protein pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan asupan energi, protein pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia (umur, jenis kelamin, tipe daerah) di Provinsi Jawa Barat.
- b. Menganalisis perbedaan asupan energi, pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat.
- c. Menganalisis perbedaan asupan protein pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi FIKES UEU

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam pengambilan upacaya pencegahan dan penanggulangan, serta sebagai sumber pengetahuan dan wawasan mengenai analisis asupan energi, protein pada lansia normal dan kurus usia 65 tahun keatas di daerah pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat

2. Bagi Pendidik

Penelitian ini sebagai sumber pengetahuan dan wawasan bagi para peserta pendidik mengenai asupan energi, protein pada lansia normal dan

kurus usia 65 tahun keatas di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat

3. Bagi Peneliti

Sebagai wadah penerapan serta mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang didapat selama kuliah serta menambah pengetahuan mengenai asupan energi, protein pada lansia normal dan kurus di pedesaan dan perkotaan di Provinsi Jawa Barat. Dan juga merupakan sebagai salah syarat kelulusan Sarjana Gizi pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul.