



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI MASA PANDEMI
COVID-19 DI RW 02 KELURAHAN PAKUNCEN
WIROBRAJAN YOGYAKARTA
TAHUN 2023

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan

SINDHY SITI ABDULLAH

1802081

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2023

NASKAH PUBLIKASI

GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI MASA PANDEMI

COVID-19 DI RW 02 KELURAHAN PAKUNCEN

WIROBRAJAN YOGYAKARTA

TAHUN 2023


Disusun oleh

SINDHY SITI ABDULLAH

1892081

Telah melalui Sidang Skripsi pada : 16 Maret 2023

Ketua Penguji



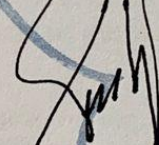
(Tri Widyuni
Ismoyowati, S.Kep., Ns.,
M.Kep.)

Penguji 1



(Mei Rianita Elfrida
Sinaga, S.Kep., Ns.,
M.Kep.)

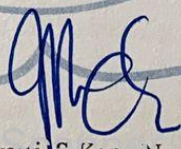
Penguji 2



(Enik Listyaningsih,
SKM., MPH)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta



(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.)



Dipindai dengan

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.)

**THE OVERVIEW OF THE NUTRITIONAL STATUS OF THE ELDERLY
DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN RW 02 PAKUNCEN VILLAGE,
WIROBRAJAN , YOGYAKARTA IN 2023**

Sindhya Siti Abdullah¹, Enik Listyaningsih², Tri Wahyuni Ismoyowati³, Mei
Rianita Elfrida Sinaga⁴

ABSTRACT

SINDHY SITI ABDULLAH “The overview of the nutritional status of the elderly during the Covid-19 pandemic in RW 02 Pakuncen Village, Wirobrajan, Yogyakarta in 2023”

Background : The nutritional status of the elderly is something that needs attention, because it can become a serious problem and interfere with the health of the elderly. Malnutrition or poor nutritional status is a problem that often occurs in the elderly, and can occur due to a decrease in the immune system of the elderly as they get older. During the Covid-19 pandemic, the effect that the elderly got was during the lockdown which required the elderly to stay at home causing anxiety and loss of appetite. In addition, it was triggered by the income of the elderly, which decreased during the lockdown, which required the elderly to eat less varied foods. Therefore, it is important to know the nutritional status of the elderly so that the elderly and their families can pay attention to the nutrients consumed by the elderly.

Objectives : Knowing the description of the nutritional status of the elderly during the Covid-19 pandemic in RW 02 Pakuncen Wirobrajan Village Yogyakarta in 2023.

Methods : The research method uses descriptive quantitative with a cross-sectional approach. The population used is 135 people with a total sample of $135 \times 25\% = 34$ elderly people in RW 02 Pakuncen Village. The sampling technique for this study used Nonprobability Sampling with the Purposive Sampling method.

Results : The results showed that most of the respondents were at risk of experiencing malnutrition (47.1%) out of a total of 34 respondents.

Conclusion : The nutritional status of the elderly in RW 02 Pakuncen Village is mostly at risk of malnutrition.

Suggestion : Further researchers are advised to look for factors that affect the nutritional status of the elderly during the Covid-19 pandemic.

Keywords : status nutritional-elderly-pandemic Covid-19-malnutrition+viii+75 pages+8 tables+14 attachments

¹Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

³Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

⁴Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI MASA PANDEMI
COVID-19 DI RW 02 KELURAHAN PAKUNCEN
WIROBRAJAN YOGYAKARTA TAHUN 2023**

Sindy Siti Abdullah¹, Enik Listyaningsih², Tri Wahyuni Ismoyowati³, Mei
Rianita Elfrida Sinaga⁴

ABSTRAK

SINDHY SITI ABDULLAH “Gambaran status gizi pada lansia di masa *pandemi* Covid-19 di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2023”.

Latar Belakang : Status gizi pada lansia merupakan hal yang perlu diperhatikan, karena dapat menjadi masalah serius dan mengganggu kesehatan lansia. Malnutrisi atau status gizi buruk menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia, dan dapat terjadi karena menurunnya sistem kekebalan tubuh lansia seiring bertambahnya usia. Pada masa pandemi Covid-19, efek yang didapatkan lansia yaitu saat *lockdown* yang mengharuskan lansia untuk berdiam diri di rumah sehingga menyebabkan kecemasan dan kehilangan nafsu makan. Selain itu dipicu oleh pendapatan lansia yang semakin berkurang pada saat *lockdown* yang mengharuskan lansia mengonsumsi makanan yang kurang bervariasi. Oleh karena itu, pentingnya mengetahui status gizi pada lansia agar lansia serta keluarga dapat memperhatikan zat-zat gizi yang dikonsumsi oleh lansia.

Tujuan Penelitian : Mengetahui gambaran status gizi pada lansia di masa *pandemi* Covid-19 di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta Tahun 2023.

Metode Penelitian : Metode penelitian menggunakan kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi yang digunakan yaitu 135 orang dengan jumlah sampel $135 \times 25\% = 34$ orang lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *Nonprobability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki resiko mengalami malnutrisi (47,1%) dari total 34 responden.

Kesimpulan : Status gizi lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncen sebagian besar mengalami resiko malnutrisi.

Saran : Peneliti selanjutnya disarankan mencari faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi lansia di masa *pandemi* Covid-19

Kata Kunci : status gizi-lansia-pandemi Covid-19-malnutrisi+viii+75 halaman+8 tabel +14 lampiran

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

³Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

⁴Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

STIKES BETHESDA YAKKUM

PENDAHULUAN

Lansia sering mengalami resiko masalah kesehatannya, salah satunya yaitu resiko kekurangan gizi. Lanjut usia sangat rentan terhadap kekurangan gizi karena terjadinya proses penurunan asupan makanan akibat perubahan fungsi usus, inefektifitas metabolisme, kegagalan untuk beradaptasi dan kecukupan gizi. Semakin tua usia maka resiko seorang individu untuk mengalami kekurangan nutrisi akan semakin tinggi¹. Apabila hal ini tidak ditangani dengan baik maka dapat menyebabkan masalah status gizi lansia. Ketidakseimbangan *intake* nutrisi dengan kebutuhan tubuh akan mempengaruhi status nutrisi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada lansia yaitu masalah mental, gangguan status fungsional, gangguan fungsi kognitif, penyakit kronis². Pada saat masa karantina, pembatasan sosial dan protokol kesehatan lainnya menjadikan para lansia merasa kesepian, terciptanya jarak antara lansia dengan orang yang mereka cintai, kesedihan dan kecemasan yang berdampak pada efek psikologis jangka panjang. Hal itu dapat mengakibatkan terjadi stres yang dapat menyebabkan penurunan nafsu makan yang dapat mengganggu status gizi pada lansia serta penurunan sistem kekebalan tubuh yang dapat memperburuk kerusakan fisiologis³. Oleh karena itu, pentingnya memperhatikan status gizi dan juga makanan-makanan yang dikonsumsi oleh lansia agar status gizi lansia dapat terjaga dan lansia tidak mengalami masalah-masalah kesehatan yang disebabkan oleh makanan yang dikonsumsi atau penurunan status gizi lansia terutama pada saat pandemi Covid-19.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *Cross sectional*. Subjek penelitian yaitu lansia RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta. Jumlah populasi yaitu sebanyak 135 orang dan diambil sampel sebanyak 34. Pengambilan sampel berpedoman pada teori (Arikunto, 2013). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *Nonprobability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling* berdasarkan kriteria inklusi yaitu lansia RW 02 Kelurahan Pakuncen yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan menjadi responden, lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan lansia

yang masih kooperatif. Kriteria eksklusi yaitu lansia yang sedang tidak di rumah dan lansia yang sedang sakit. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner *Mini Nutritional Assessment (MNA)*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan dengan No.211/KEPK.0201/XII/2022. Peneliti melakukan screening pada populasi dan mengambil responden dari lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Peneliti memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian, seperti : waktu pelaksanaan, hak dan kewajiban responden, tujuan penelitian, serta manfaat penelitian. Pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan mendatangi rumah-rumah lansia yang ada di RW 02 Kelurahan Pakuncen pada tanggal 23 Januari 2023 sampai tanggal 28 Januari 2023 jam 10.00 WIB sampai 15.00 WIB.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik responden berdasarkan usia

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	60-64 tahun	5	14,7
2.	65-69 tahun	10	29,4
3.	70-74 tahun	19	55,9
Total		34	100,0

Sumber: data Primer terolah 31 Januari 2023

Analisa: Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 34 responden, kelompok lansia yang berusia 70-74 tahun terbanyak yaitu sebanyak 19 orang (55,9%) dan yang paling sedikit adalah lansia yang berusia 60-64 tahun yaitu sebanyak 5 orang (14,7%).

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tidak Tamat SD	4	11,8
2.	SD	4	11,8
3.	SMP	6	17,6
4.	SMA	11	32,4
5.	PT	9	26,5
Total		34	100,0

Sumber : data Primer terolah 31 Januari 2023

Analisa : Berdasarkan tabel 4 karakteristik lansia berdasarkan Pendidikan terbanyak adalah lulusan SMA sebanyak 11 orang (32,4%) dan yang paling sedikit adalah yang tidak tamat SD dan lulusan SD sebanyak 4 orang (11,8%).

Tabel 3. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Laki-laki	15	50,0
2.	Perempuan	19	55,9
Total		34	100,0

Sumber: data Primer terolah 31 Januari 2023

Analisa: Kelompok berdasarkan jenis kelamin lansia terbanyak adalah lansia perempuan yaitu sebanyak 19 orang (55,9%) dan kelompok lansia yang paling sedikit adalah laki-laki yaitu sebanyak 17 orang (50,0%).

Tabel 4. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Sumber Pendapatan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Usaha	17	50,0
2.	Dari anak	11	32,4
3.	Pensiunan	6	17,6
Total		34	100,0

Sumber: data Primer terolah 31 Januari 2023

Analisa: Kelompok lansia dengan sumber pendapatan terbanyak adalah sumber pendapatan dari usaha yaitu sebanyak 17 orang (50,0%) dan lansia dengan sumber pendapatan paling sedikit adalah sumber pendapatan dari pensiunan yaitu sebanyak 6 orang (17,6%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Status Gizi

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	15	44,1
2.	Resiko Malnutrisi	16	47,1
3.	Malnutrisi	3	8,8
Total		34	100,0

Sumber: data Primer terolah 31 Januari 2023

Analisa: Tabel diatas menunjukkan status gizi lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta didapatkan lebih banyak lansia yang mengalami resiko malnutrisi yaitu sebanyak 16 orang (47,1%) dan didapatkan lebih sedikit lansia yang mengalami malnutrisi yaitu sebanyak 3 orang (8,8%).

B. Pembahasan

1. Usia

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa usia lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta menunjukkan responden paling banyak pada usia 70-74 tahun sebanyak 19 responden (55,9%), kemudian usia lansia paling sedikit pada usia 60-64 tahun sebanyak 5 responden (14,7%). Menurut WHO (*World Health Organization*), lanjut usia adalah tahap akhir perkembangan pada kehidupan manusia yang dimulai dari usia 60 tahun hingga hampir mencapai 120 atau 125 tahun. Lansia merupakan usia yang rentan gizi, oleh karena itu sangat berperan terhadap status gizi dan kesehatan lansia dalam jangka waktu lama. Berdasarkan hasil penelitian Oktariyani (2016) banyaknya lansia mengalami resiko malnutrisi disebabkan karena faktor usia yang dapat menyebabkan perubahan pada sistem pencernaan lanjut usia dan adanya faktor resiko yang mempengaruhi status gizi lansia seperti faktor psikologi, adanya riwayat penyakit serta jumlah dan jenis asupan makanan. Semakin bertambahnya usia maka kemampuan dalam mengecap dan menyerap makanan pada lansia akan berkurang, sehingga lansia kurang menikmati makanan dan kurang asupan makanan yang bias mengakibatkan penurunan nafsu makan (Wa Ode Sri Asmaniar, 2018).

Dari penjelasan diatas, peneliti berasumsi bahwa pada usia lansia yang sudah memasuki 70-74 tahun sangat rentan terjadinya kekurangan gizi atau malnutrisi, sehingga perlu diperhatikan pola makan, asupan yang didapat dari makanan yang dikonsumsi, serta frekuensi makan lansia

2. Pendidikan

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pendidikan lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta yang paling banyak yaitu lansia yang lulus SMA sebanyak 11 orang (32,4%). Pendidikan berarti bimbingan

yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Semakin tinggi pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah seseorang menerima informasi, dan akhirnya banyak pengetahuan yang dimiliki, sebaliknya jika tingkat pendidikan seseorang semakin rendah maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Tingkat pendidikan seseorang juga sangat berpengaruh dalam pemilihan jenis makanan yang bergizi pada lansia. Dalam pemenuhan kebutuhan gizi lansia, keluarga lansia juga perlu memberikan bekal pengetahuan lansia terhadap nutrisi serta jenis-jenis makanan yang dikonsumsi, karena gangguan kesehatan yang dialami oleh lansia tidak semua disebabkan oleh proses penuaan, melainkan faktor lain terutama perilaku makan lansia (Isnani Nurhayati *et al*, 2019). Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa pemahaman lansia dan keluarga lansia terhadap makanan dan gizi yang dikonsumsi lansia dapat mempengaruhi status gizi lansia, karena perlu adanya pertimbangan untuk pemenuhan gizi lansia yang baik sehingga status gizi lansia tidak mengalami malnutrisi. Sedangkan, lansia serta keluarga lansia 55,9% di RW 02 kelurahan pakuncen wirobrajan yogyakarta masih memiliki pemahaman yang kurang tentang status gizi maupun asupan makanan lansia.

3. Jenis Kelamin

Hasil uji statistik menunjukkan jenis kelamin lansia di RW 02 kelurahan pakuncen wirobrajan yogyakarta yang paling banyak yaitu Perempuan sebanyak 19 orang (55,9%). Kecepatan proses menu antar individu berbeda-beda, salah satunya dipengaruhi oleh gender, dimana perempuan cenderung lebih lambat ketika berusia di bawah 40 tahun, dan akan berproses sama ketika mencapai masa menopause. Ketika perempuan berusia di bawah 40 tahun masih dipengaruhi oleh hormon estrogen, namun seiring bertambahnya usia, secara fisiologis kadar hormon estrogen juga mengalami penurunan sehingga memicu munculnya gejala penyakit yang bersifat degeneratif, yaitu penyakit *serebrovaskuler*, *metabolik* dan *endokrin*, *osteo*

arthritis, keganasan, dll. Peneliti berasumsi bahwa secara fisik, di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan lansia perempuan 55,9% lebih banyak membutuhkan asupan nutrisi yang baik untuk memperbaiki status gizi dibanding lansia laki-laki 50,0%, lansia perempuan juga cenderung lebih gampang terkena penyakit, maka nutrisi lansia perempuan perlu diperhatikan untuk mencegah terjadinya malnutrisi.

4. Sumber Pendapatan

Hasil uji statistic yang diperoleh pendapatan di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta yang paling banyak yaitu lansia yang memiliki usaha sebanyak(50,0%). Gizi kurang pada lansia juga sering disebabkan oleh masalah-masalah sosial ekonomi atau pendapatan dapat memicu gangguan penyakit, bila konsumsi kalori terlalu rendah dari yang dibutuhkan maka berat badan kurang dari normal. Apabila hal ini disertai kekurangan protein maka akan terjadi kerusakan-kerusakan sel yang tidak dapat diperbaiki, akibatnya dapat menyebabkan rambut rontok dan daya tahan tubuh lansia menurun (Mubarak, dkk, 2006 ; Novia Sartika, dkk, 2011). Lansia yang mengalami kekurangan pendapatan maka tidak bisa membeli makanan yang beraneka ragam untuk memenuhi kebutuhan zat Gizinya. Sehingga akan berdampak pada daya tahan tubuh dan kerentanan kesehatan.

Peneliti berasumsi bahwa lansia dengan pendapatan yang kurang baik itu dari anak-anaknya maupun dari gaji atau usaha lansia dapat mempengaruhi status gizi lansia, karena makanan-makanan yang dikonsumsi tidak bervariasi sehingga dapat menurunkan nafsu makan lansia.

5. Status Gizi Lansia di RW 02 Kelurahan Pakuncem Wirobrajan Yogyakarta
Berdasarkan status gizi di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta yang paling banyak yaitu lansia dengan status resiko malnutrisi sebanyak (47,1%). Status gizi adalah cerminan ukuran terpenuhinya kebutuhan gizi. Asupan gizi merupakan jumlah zat yang masuk melalui konsumsi makanan sehari-hari untuk memperoleh energi guna melakukan kegiatan fisik sehari-hari (Suharjo, 2016). Penurunan asupan makan pada lansia juga disebabkan oleh masalah fisiologis seperti terjadi gangguan

pencernaan, penurunan sensitifitas indera perasa dan penciuman, malabsorpsi zat gizi serta beberapa kemunduran fisik lainnya. Kekurangan zat gizi pada makanan yang dikonsumsi akan membawa akibat buruk pada tubuh, diantaranya pertahanan tubuh terhadap penyakit menurun, kemampuan fisik kurang, berat badan menurun, badan menjadi kurus, muka pucat, kurang bersemangat, kurang motivasi, bereaksi lamban, dan lain-lain (Wisnoe, 2015).

Peneliti berasumsi bahwa status gizi lansia di RW 02 kelurahan pakuncen wirobrajan masih banyak yang kurang memperhatikan makanan, porsi makan, frekuensi makan serta zat-zat gizi yang dikonsumsi, sehingga masih banyak lansia yang mengalami resiko malnutrisi dengan jumlah 16 orang lansia yang disebabkan oleh faktor usia lansia semakin tua maka napsu makan lansia semakin menurun, adapun faktor lain yaitu dari ekonomi lansia yang semakin rendah karena tidak dapat bekerja produktif lagi dan juga pemasukan dari anak yang seadanya sehingga membuat lansia memilih untuk mengonsumsi makanan seadanya dan tidak memikirkan jumlah gizi yang terkandung dalam makanan tersebut. Kemudian ada lansia yang memiliki status gizi baik sebanyak 15 orang (44,1%), akan tetapi ada juga lansia yang sudah mengalami malnutrisi sebanyak 3 orang (8,8%), penyebab dari malnutrisi pada 3 lansia ini yaitu semakin bertambahnya usia lansia dan juga 2 lansia yang sudah sakit dan tidak dapat beraktifitas dengan baik sehingga tidak dapat bekerja lagi dan diurus oleh anaknya, sedangkan 1 lansia lainnya yang harus mengurus diri sendiri dikarenakan anaknya bekerja di luar kota sehingga hanya dapat mengonsumsi makanan seadanya dan tidak memikirkan kandungan gizi dalam makanan yang dikonsumsi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa gambaran status gizi lansia di masa pandemi Covid-19 di RW 02 Kelurahan Pakuncen Wirobrajan Yogyakarta didapatkan responden yang berjenis kelamin mayoritas adalah perempuan, usia responden mayoritas adalah 70-74 tahun, pendidikan

mayoritas responden adalah pendidikan SMA, sumber pendapatan mayoritas responden adalah pendapatan yang berasal dari usaha yang dibuka oleh responden, dan status gizi dari responden mayoritas adalah responden dengan resiko malnutrisi.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Kepada kedua orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan.
3. Enik Listyaningsih, SKM., MPH. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Siahaan, M., & Septiana, L. (2020). Gambaran Status Gizi Terhadap Simtom Demensia Pada Pasien Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Puskesmas Kampung Baru Kota Medan. *Jurnal Ilmiah Simantek*, 4(4), 109–115.
2. Khasanah, L. D. A. K. (2020). Gangguan Aktivitas Dengan Intoleransi Aktivitas Pada Lansia. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., Thamer 2009, 2013–2015
3. Dewi, N., Maemunah, N., & Putri, R. M. (2020). Gambaran Asupan Nutrisi Dimasa Pandemi Pada Mahasiswa. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(3), 369. <https://doi.org/10.33366/jc.v8i3.1959>