

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini laju perkembangan lansia di Indonesia sudah semakin meningkat. Berdasarkan data Kemenkes jumlah penduduk lansia pada tahun 2019 yaitu sebesar 9,7% (25,9 juta jiwa) dimana hal tersebut diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud Lanjut Usia (lansia) dikenal dengan lansia merupakan seseorang yang telah berusia 60 tahun ke atas. Kesehatan serta kebutuhan zat gizi pada lansia perlu diperhatikan demi keberlangsungan hidup pada lansia agar selalu tetap sehat. Hal tersebut telah ditegaskan oleh Sekjen Kemenkes, drg. Oscar Primadi, MPH beliau mengatakan bahwa semua orang perlu memperhatikan kebutuhan bagi lansia, sehingga diharapkan lansia dapat tetap sehat, mandiri, aktif dan produktif, salah satunya penguatan peran keluarga dalam melakukan perawatan bagi lansia (Kemenkes RI^a, 2019).

Kebutuhan zat gizi pada lansia sangat berbeda dengan kebutuhan zat gizi pada orang usia lainnya (Sholikhah, dkk, 2019). Semakin bertambahnya usia, maka kebutuhan gizi pada lansia semakin berkurang. Namun, hal tersebut perlu diperhatikan guna menjaga lansia agar tetap sehat. Asupan zat gizi yang lengkap dan seimbang akan sangat membantu bagi lansia untuk tetap kuat, sehat, serta bugar. Selain itu, variasi makanan pada lansia juga perlu diperlu diperhatikan guna menghindari timbulnya resiko penyakit gangguan metabolik seperti hiperkolesterol, hipertensi, diabetes, asam urat, dan gangguan ginjal (Damayanti, dkk, 2017).

Ketidakeimbangan antara asupan energi dengan zat gizi makro lainnya, seperti protein, lemak dan karbohidrat memengaruhi status gizi seseorang. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi, lemak dan karbohidrat memiliki hubungan yang signifikan terhadap status gizi pada siswa. Namun, pada tingkat kecukupan protein tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi pada siswa (Fitriani, dkk, 2020). Responden

yang memiliki tingkat kecukupan energi yang lebih, berpotensi 35,650 kali lipat mengalami status gizi lebih. Responden yang memiliki tingkat kecukupan lemak yang lebih, berpotensi 2,740 kali lipat mengalami status gizi lebih. Dan juga responden yang memiliki tingkat kecukupan karbohidrat lebih, berpotensi 2,722 kali lipat mengalami status gizi lebih (Fitriani, dkk, 2020).

Status gizi merupakan suatu keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan yang diperlukan untuk metabolisme tubuh (Harjatmo, Par'i, & Wiyono, 2017). Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan status gizi lansia yang kurus di Indonesia sebanyak 11,7% untuk usia 60-64 tahun dan 20,7% untuk usia di atas 65 tahun. Sedangkan lansia yang memiliki status gizi obesitas sebanyak 19,3% pada usia 60-64 tahun dan 11,9% untuk usia diatas 65 tahun.

Status gizi kurang merupakan keadaan dimana asupan gizi yang dikonsumsi oleh seseorang lebih sedikit daripada jumlah energi yang dikeluarkan (Qurniawat, 2018). Kurang gizi merupakan salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada lansia. Hal tersebut dapat terjadi akibat tidak tercukupinya asupan energi dan protein. Lansia pada umumnya menderita kekurangan zat gizi makro akan memiliki sistem dan fungsi imun yang menurun. Namun, apabila fungsi imun lansia ditingkatkan maka kualitas hidup lansia akan meningkat sehingga dapat menjadi lansia yang sehat pula (Boy, 2019).

Pada umumnya lansia menikmati hari tuanya dengan berkumpul dalam lingkungan keluarga, namun karena suatu hal, dapat membuat lansia tidak dapat menikmati hal yang sama. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya lansia yang tinggal di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember merupakan sebuah UPT Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur yang terletak di Kabupaten Jember memiliki pelayanan kesejahteraan sosial dan rehabilitasi sosial bagi para lanjut usia (lansia) yang terlantar. Berbagai pelayanan yang diberikan oleh UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha yaitu pengasramaan, pelayanan kesehatan, bimbingan mental, bimbingan sosial, resosialisasi, keterampilan, serta bimbingan lanjut sampai dengan terminasi (pemutusan pelayanan).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada hari Jum'at, 15 Juli 2022, ditemukan bahwa lansia yang berada di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember mengalami status gizi kurus ringan dan berat yaitu sebanyak 27 lansia dari 140 lansia. Diantara lansia yang berada di UPT. Pelayanan Sosial Tresna werdha beberapa diantaranya memiliki nafsu makan yang menurun. Sehingga terkadang beberapa lansia tersebut tidak memakan makanan yang telah disajikan. Tidak hanya itu, beberapa lansia juga memiliki penurunan dalam melakukan aktivitas fisik sehingga hanya bisa berdiam di tempat tidur. Untuk mengatasi hal tersebut, ada banyak cara yang dapat dilakukan, salah satu diantaranya yakni dengan memberikan makanan yang mengandung kalori tinggi, seperti formula edamame tinggi kalori.

Edamame (*Glycine max (L) Merrill*) merupakan jenis sayuran yang sejenis dengan kedelai. Edamame memiliki berbagai kandungan zat gizi yang sangat berkhasiat untuk kesehatan. Salah satu kandungan zat gizi yang terkandung dalam edamame adalah protein yaitu sebesar 30,20 g (Samsu, 2001). Protein sangat penting bagi tubuh, karena protein berhubungan erat dengan proses kehidupan, seperti pertumbuhan, pengangkut dan penyimpanan zat gizi, pembentuk antibodi serta sebagai sumber energi. Tidak hanya kaya akan protein edamame juga mengandung antioksidan yang dapat mendukung sistem imun, sehingga dapat menangkal radikal bebas yang dapat menyebabkan kanker, penuaan dini, serta berbagai penyakit lainnya (Muaris, 2013).

Formula edamame merupakan suatu formula yang memiliki bahan dasar berupa edamame yang telah dimodifikasi. Formula edamame dalam per 100 gram memiliki kandungan kalori 465,53 kkal (Widiyawati & Susindra, 2018). Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan berat badan pada remaja pada pasca intervensi yaitu satu minggu setelah pemberian formula tersebut dengan selisih rata-rata berat badan yaitu 1.171 kg (1171 g) yang merupakan peningkatan yang signifikan (Widiyawati, Susindra, Elisanti, & Ardianto, 2019).

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti ingin melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian formula edamame terhadap tingkat konsumsi zat gizi

makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini yakni adakah pengaruh pemberian formula edamame terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian formula edamame terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan karakteristik responden, tingkat kepatuhan, tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
2. Menganalisis pengaruh pemberian formula edamame terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember
3. Menganalisis pengaruh pemberian formula edamame terhadap berat badan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
4. Menganalisis perbedaan jumlah asupan zat gizi makro dan berat badan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol lansia status gizi kurus di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

4.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

4.4.1 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan serta dapat memberikan informasi mengenai pengaruh pemberian formula edamame tinggi kalori terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus.

b. Bagi Institusi

Menambah informasi bagi institusi khususnya UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember mengenai pengaruh pemberian formula edamame tinggi kalori terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus serta sebagai referensi pemberian formula edamame tinggi kalori untuk menanggulangi kejadian lansia status gizi kurus.

c. Bagi Masyarakat

Dapat menambah informasi bagi masyarakat mengenai pengaruh pemberian formula edamame tinggi kalori terhadap tingkat konsumsi zat gizi makro dan berat badan pada lansia status gizi kurus.