

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Saat ini Indonesia telah memasuki era penduduk struktur lansia karena tahun 2009 jumlah penduduk berusia di atas 60 tahun sekitar 7,18%. Provinsi yang mempunyai jumlah penduduk lansia sekitar 7% adalah di Jawa dan Bali. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2006 sebesar kurang lebih 19 juta dengan usia harapan hidup 66,2 tahun, sedangkan pada tahun 2010 diperkirakan sebesar 23,9 juta (9,77%) dengan usia harapan hidup 67,4 tahun, pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Menkokesra, 2009).

Seiring dengan populasi usia lanjut di Indonesia yang semakin meningkat, berbagai masalah kesehatan dan penyakit yang khas terdapat pada usia lanjut akan meningkat (Martono, 2010). Peningkatan jumlah lansia memengaruhi aspek kehidupan lansia, antara lain perubahan-perubahan fisik, biologis, psikologis, sosial, dan munculnya penyakit degeneratif akibat proses penuaan (Fatmah, 2010). Bertambahnya usia akan disertai dengan penurunan fungsi dan metabolisme serta komposisi tubuh. Perubahan-perubahan itu menyebabkan kebutuhan terhadap zat gizi dan jumlah asupan makanan berubah (Maryam dkk, 2008).

Penurunan daya tahan tubuh lansia menyebabkan lansia mudah terserang penyakit dan menyebabkan kualitas hidup lansia menjadi rendah. Masalah gizi dan penyakit yang dipengaruhi oleh makanan yang sering kali menimpa lansia adalah berkaitan dengan masalah kekurangan dan kelebihan gizi (Maryam dkk, 2008). Malnutrisi pada usia lanjut terjadi perlahan-lahan. Prevalensi kondisi status gizi kurang tersebut terutama tinggi pada usia lanjut dengan penyakit kronik dan yang dirawat di rumah sakit atau panti werdha (nursing home) (PERGEMI, 2012). Lansia yang tinggal di panti werdha mengalami peningkatan risiko malnutrisi karena beberapa faktor termasuk kehilangan sensoris, gangguan mengunyah dan menelan, kehilangan nafsu makan, gangguan kognitif, depresi, dan penyakit akut atau kronik yang dikarenakan pengobatan beberapa obat (Nazemi *et al.*, 2015).

Perubahan kebutuhan dan asupan gizi harus diantisipasi dengan pemberian nutrisi secara tepat sehingga tidak menimbulkan masalah gizi atau memperburuk kondisi fisik lansia. Banyak penelitian yang dilakukan ternyata kebanyakan masalah gizi pada lansia adalah masalah gizi lebih atau kegemukan yang pada akhirnya akan memicu penyakit degeneratif dan masalah gizi kurang (Maryam dkk,2008).

Depresi merupakan masalah kesehatan jiwa yang utama dewasa ini. Hal ini penting karena orang dengan depresi produktivitasnya akan menurun dan dampaknya buruk bagi masyarakat. Depresi adalah penyebab utama tindakan bunuh diri. Organisasi kesehatan duni (WHO) menyebutkan angka 17% pasien-pasien yang berobat ke dokter adalah pasien dengan depresi dan selanjutnya diperkirakan prevalensi depresi pada populasi masyarakat dunia adalah 3% (Hawari,2013). Data prevalensi depresi pada usia lanjut di Indonesia yang diperoleh dari ruang rawat akut geritari menunjukkan proporsi tingkat depresi lebih tinggi di antara penghuni rumah perawatan yakni sebesar 3,2% depresi sangat berat, 10,8% depresi berat, 18% depresi sedang, dan 44,1% depresi ringan (Soejono *et al.*, 2009)

Orang-orang yang menderita depresi memiliki kecenderungan tidak memperhatikan pola makan dan aktivitas fisiknya berkurang sehingga mengakibatkan berat badan menjadi naik dan menjadi gemuk (Surilena & Agus, 2006). Menurut Lubis (2009) depresi dan gangguan pola makan memiliki hubungan 2 arah, depresi dapat mempengaruhi pola makan dan pola makan dapat mengakibatkan depresi. Orang dengan depresi memiliki 2 kecenderungan gangguan pola makan yaitu tidak nafsu makan sehingga menjadi lebih kurus ataupun bertambah makan terutama yang manis sehingga menjadi lebih gemuk.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, saya sebagai peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan asupan makanan dan depresi terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut : “Apakah terdapat hubungan antara asupan makanan dan depresi terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017 ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan makanan dan depresi terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran asupan makanan, depresi, dan status gizi di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.
- b. Mengetahui hubungan antara asupan makanan terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.
- c. Mengetahui hubungan antara depresi terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi mengenai hubungan asupan makanan dan depresi terhadap status gizi pada lansia di Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur Tahun 2017.

I.4.2 Manfaat Praktis

I.4.2.1 Manfaat Untuk Panti Lansia Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur

Hasil penelitian dapat menggambarkan status gizi dan depresi lansia, sehingga dapat dijadikan pedoman dalam meningkatkan gaya hidup sehat dan pemenuhan nutrisi yang tepat untuk gizi lansia.

I.4.2.2 Manfaat Untuk Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta

Penelitian ini dapat dijadikan penelitian dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan status gizi, khususnya gizi pada usia lanjut.

I.4.2.3 Manfaat Untuk Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti sendiri dalam memahami permasalahan status gizi pada lansia dan juga dapat menerapkan serta mengaplikasikan ilmu yang didapat selama proses perkuliahan.

I.4.2.4 Manfaat Untuk Penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi dan data pembanding untuk pengembangan judul selanjutnya bagi penelitian yang berhubungan dengan status gizi pada lansia di masa mendatang.

