

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Data *World Health Organization* (2022) menunjukkan terdapat 1,2 miliar lansia di dunia yang berusia 60 tahun keatas, angka tersebut hampir mencakup 10% populasi dunia, tahun 2050 jumlah tersebut diproyeksikan akan terus meningkat hingga mencapai 2 miliar jiwa. *Ageing population* merupakan peningkatan dari kesehatan dan kemajuan medis, serta pembangunan sosial ekonomi. Hal tersebut dapat menjadi tantangan jika penuaan populasi terjadi secara cepat (UNESCAP, 2022).

Jumlah lansia di Indonesia tahun 2020-2021 meningkat 1,95 juta jiwa (0,95%), sedangkan pada tahun 2022 persentase lansia berkisar 10,48% atau 24,63 juta jiwa dari total penduduk Indonesia. Persentase lansia di Indonesia dibagi menjadi lansia muda berusia 60-69 tahun (65,56%), lansia madya berusia 70-79 tahun (26,76%), dan lansia tua berusia >80 tahun (7,69%). Berdasarkan jenis kelamin, populasi lansia didominasi oleh perempuan (BPS, 2022). Data lansia di salah satu provinsi di Indonesia yaitu Provinsi Lampung tahun 2022 tercatat sekitar 949.240 ribu jiwa atau 10,3% dari total penduduk Lampung (BPS Provinsi Lampung, 2022). Peningkatan populasi lansia yang cukup signifikan, dapat memicu bertambahnya masalah kesehatan seperti penyakit degeneratif, infeksi, gangguan intelektual, pendengaran dan penglihatan, psikologis, serta masalah gizi atau malnutrisi (Puspaningtyas & Putriningtyas, 2017).

Masalah gizi merupakan salah satu permasalahan yang cukup tinggi dan sering terjadi pada lansia, baik gizi kurang, gizi lebih hingga obesitas. Data WHO (2018) menunjukkan angka malnutrisi pada lansia sebesar 21% atau satu per lima bagian dari seluruh lansia di dunia. Data

status gizi lansia di Indonesia yaitu 43,1% dari total penduduk dewasa di Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya masalah gizi pada lansia antara lain faktor fisiologis, pengetahuan, sosial ekonomi, gaya hidup, aktivitas fisik, serta psikologis (Siloam, 2023). Dari faktor-faktor tersebut, yang berperan penting dalam perubahan status gizi pada lansia salah satunya adalah faktor psikologis (Wirahana et al., 2021). Aspek ini sangat berpengaruh karena memicu adanya perubahan pola perilaku dan asupan makan. Faktor psikologis yang banyak dialami oleh lansia salah satunya adalah kecemasan (WHO, 2023). Kecemasan merupakan tahap awal dari depresi. Seseorang yang sedang cemas cenderung berfokus pada masalah yang dialami sehingga mengabaikan makan. Kecemasan yang berlebihan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya serta dapat menyebabkan gangguan fisiologis seperti kelelahan (Sadock et al., 2017). Selain memengaruhi kehidupan sehari-hari, kecemasan juga dapat mengganggu sistem pencernaan berupa kehilangan nafsu makan, berubahnya pola makan hingga akhirnya memicu penurunan berat badan (Ramadhani, 2017). Ketika stressor kecemasan muncul, seseorang akan menggunakan mekanisme koping untuk mengatasinya, baik mekanisme koping adaptif ataupun maladaptif (Krisdianto & Mulyanti, 2015). Ada 2 macam perubahan pola makan akibat kecemasan yaitu individu yang saat cemas lebih banyak makan (*emotional eaters*) dan individu yang saat cemas mengurangi makan (*non-emotional eaters*) (Zaini, 2019). Oleh karena itu, kecemasan sangat berdampak pada perubahan nafsu makan dan perilaku makan seseorang, baik peningkatan maupun penurunan. Jika hal ini terjadi dalam jangka panjang maka akan berdampak pada perubahan status gizi (Lura et al., 2020). Faktor kecemasan memiliki kontribusi yang besar dalam penentuan asupan makan dan zat gizi (Redjeki & Tambunan, 2019).

Kecemasan pada lansia dipicu oleh adanya kondisi tidak terduga, penyakit degeneratif yang diderita (sering kambuh dan tidak diketahui

waktu penyembuhannya), perubahan fisik, bertambahnya usia, kendala status ekonomi, kehilangan pasangan atau orang terdekat, ancaman kematian, serta perubahan sosial (dahulu dapat bekerja dan memiliki jabatan). Lansia yang mengalami kecemasan cenderung sulit atau terbatas dalam beraktivitas dan menurun tingkat kemandiriannya (Lestari et al., 2013). Angka kecemasan lansia di Indonesia usia 55 tahun sampai >75 tahun sebanyak (30%) dari total penduduk Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Masalah status gizi yang dipengaruhi oleh kecemasan pada lansia jika tidak ditangani akan memicu munculnya masalah lain yang lebih kompleks bahkan meningkatkan risiko kematian. Dampak kasus gizi pada lansia dapat dirasakan oleh individu, keluarga, maupun pemerintah. Bagi individu, permasalahan gizi menyebabkan penurunan massa dan kekuatan otot, aktivitas dan produktifitas berkurang, proses penyembuhan luka lebih lama, penurunan fungsi otak, meningkatkan fraktur atau patah tulang, meningkatkan risiko infeksi, menurunnya kualitas hidup, serta menurunnya sistem imun (Anggita, 2019). Kekurangan gizi pada lansia dapat memicu rendahnya albumin dalam serum darah (hipoalbuminemia), kondisi ini sangat berbahaya karena dapat menyebabkan kerusakan pada berbagai jaringan tubuh lainnya (Honestdoc, 2019). Dampak bagi keluarga yaitu meningkatnya angka ketergantungan, terhambatnya keluarga untuk bekerja, serta menambah masalah perekonomian. Tidak jarang keluarga yang merawat lansia sakit juga mengalami perubahan emosional atau psikologis. Kerugian yang dirasakan pemerintah berupa meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan, terhambatnya pembangunan dan perekonomian, serta melonjaknya angka kesakitan dan mortalitas.

Populasi lansia di Pekon Wates Timur berjumlah 418 lansia atau 18,32% dari total penduduk. Artinya lansia di pekon ini termasuk kedalam *ageing population*, dimana proporsinya >10% dari total penduduk. Berdasarkan data sekunder didapatkan status gizi 10 lansia dari pengukuran IMT yaitu kurus (30%), normal (20%), dan gemuk (50%).

Sedangkan dari data primer hasil wawancara kepada lansia, diperoleh lansia yang berisiko mengalami malnutrisi (60%), normal (30%), dan malnutrisi (10%).

Hasil penelitian N Rohmawati, AH Asdie, S Susetyowati (2015) tentang Tingkat Kecemasan, Asupan Makan, dan Status gizi Pada Lansia di Kota Yogyakarta terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan status gizi dan asupan makan pada lansia, demikian juga ada hubungan yang bermakna antara asupan makan dengan status gizi lansia. Penelitian L PH, T.Arisdiani (2019) tentang Hubungan Tingkat Ansietas Dengan Status Gizi Mahasiswa Indekos menunjukkan hasil adanya hubungan antara tingkat ansietas dengan status gizi mahasiswa. Hasil penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung tentang Hubungan Depresi, Ansietas, dan Stres Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung diperoleh hasil tidak ada hubungan bermakna antara depresi, ansietas, dan stres dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung (Fiskasari, 2019).

Berdasarkan fenomena diatas, dapat disimpulkan bahwa lansia di Pekon Wates Timur berisiko mengalami masalah status gizi. Adanya keseriusan dari dampak kecemasan yang berpengaruh terhadap status gizi, serta perbedaan populasi dan lokasi dengan peneliti sebelumnya membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Status Gizi Pada Lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun 2024".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengambil rumusan masalah “Apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan status gizi pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan status gizi pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, status domisili, agama, status pekerjaan, dan aktivitas olahraga.
- b. Diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024.
- c. Diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024.
- d. Diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan status gizi pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024.

D. Ruang Lingkup

1. Desain/Jenis Penelitian

Desain pada penelitian ini adalah *Cross Sectional*.

2. Subyek Penelitian

Subyek pada penelitian ini adalah lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024.

3. Objek Penelitian

Hubungan tingkat kecemasan dengan status gizi.

4. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei tahun 2024 di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan serta menambah wawasan terkait Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Status Gizi Pada Lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun 2024.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk perkembangan ilmu keperawatan yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dan masalah status gizi pada lansia.

b. Bagi Instansi Tempat Penelitian (Puskesmas Yang Menaungi Pekon)

Memberikan informasi mengenai hasil penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan dengan status gizi pada lansia di Pekon Wates Timur Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu tahun 2024. Serta diharapkan dapat dilakukan skrining serta edukasi mengenai kesehatan jiwa salah satunya kecemasan dan masalah status gizi pada lansia secara rutin.

c. Bagi Responden

Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi responden mengenai pentingnya menjaga dan mengendalikan kesehatan terkait kecemasan dan gizi, serta responden diharapkan dapat mengantisipasi terjadinya masalah tersebut.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menambah daftar bacaan dan menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan sebuah penelitian tentang masalah kecemasan dan masalah gizi pada lansia.