

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pra-lansia adalah seorang individu dalam rentang usia 45 – 59 tahun (Mu'izza et al, 2019). Pra lansia merupakan tahap persiapan diri menuju usia lanjut, usia pra lansia merupakan usia yang disarankan untuk melakukan pencegahan penyakit degenerative (hipertensi, stroke dan diabetes mellitus) yang sering di derita oleh lansia (Mendrofa, 2017). Pada fase ini, terjadi berbagai macam perubahan yang menurun baik secara kognitif, fisik, psikis dll. Perubahan-perubahan menurun tersebut dapat menyebabkan masalah gizi dan kesehatan, diantaranya seperti obesitas dan malnutrisi (Kemenkes RI, 2023).

Terdapat beberapa cara mengetahui status gizi pada pra lansia, diantaranya yaitu dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan yang kemudian akan menghasilkan nilai IMT (Indeks Massa Tubuh), pengukuran lingkar pinggang – panggul (RLPP) ataupun pengukuran lingkar lengan bagian atas (LiLA) (Izza, 2023).

Status gizi ialah kondisi kesehatan tubuh yang berasal dari asupan makanan dan pemanfaatan zat gizi. Status gizi dipahami sebagai situasi tubuh membutuhkan asupan makanan dan air yang sesuai kebutuhannya. Masalah gizi yang muncul di usia lansia merupakan suatu rangkaian proses permasalahan gizi yang berlangsung secara terus-menerus, dimulai pada masa muda dan kemudian terjadi pada fase lansia. Seiring usia bertambah, fungsi fisiologis tubuh cenderung menurun (Kemenkes RI, 2023).

Salah satu indikator kemajuan bangsa dapat diukur dari tingkat harapan hidup serta kesejahteraan penduduknya. Hal ini berdampak kepada meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia (lansia). Menurut Utami et al (2018) Peningkatan jumlah lansia dapat membawa dampak yang baik dan buruk. Dampak baik muncul ketika lansia dalam keadaan produktif, aktif dan sehat. Kemudian, bisa terjadi dampak buruk jika lansia mengalami masalah kesehatan dan tidak mendapatkan penanganan yang baik. Secara biologis,

lansia akan mengalami penurunan baik secara fisik ataupun psikis. Masalah yang kerap muncul antara lain berkurangnya selera makan, penurunan berat badan, perubahan fungsi indera perasa, serta timbulnya kesulitan dalam mengunyah dan menelan. Disamping itu sering terjadi malnutrisi, overweight dan obesitas (Sardjito, 2019).

Populasi lansia di dunia diperkirakan akan terus meningkat, diprediksikan hingga 2,1 Miliar pada tahun 2050. Di Indonesia persentase lansia meningkat setiap tahunnya. Pada 2019, prevalensi lansia menemui angka 9,60% (25,64 juta) dari total populasi. Kemudian, menurut BPS (2023) jumlah lansia di Indonesia meningkat menjadi 11,75% (29 juta) sedangkan jumlah lansia di Jawa Barat terdapat 5,3 juta jiwa (Disdukcapil, 2023).

Pada tahun 2016 prevalensi kasus gizi kurang pada lansia di Indonesia terdapat 3,3%, pada tahun 2017 kasus gizi kurang pada lansia meningkat menjadi 4,7% (Kemenkes RI, 2017). Kemudian, pada tahun 2018 prevalensi kasus gizi buruk pada lansia di Indonesia berdasarkan berat badan kurang sebanyak 5,8% sedangkan berdasarkan berat badan normal sebanyak 5% dan lansia dengan berat badan lebih sebanyak 4% (Kemenkes RI, 2019). Di Jawa Barat prevalensi kasus gizi kurang pada lansia di tahun 2015 terdapat 4,5% (DEPKES RI, 2015). Selanjutnya, pada tahun 2017 tingkat kejadian kekurangan gizi lansia di Jawa Barat mengalami kenaikan menjadi 5,7% (Kemenkes RI, 2017) dan berdasarkan Riskesdas (2018) prevalensi kasus gizi kurang pada lansia di Jawa Barat semakin meningkat menjadi 8,3% (Johanna, 2019).

Jumlah penduduk lansia yang terus bertambah, bersama dengan berbagai masalah gizi, serta peningkatan populasi lansia akan menimbulkan banyak dampak kehidupan terkait masalah kesehatan, ekonomi dan sosial budaya. Hal ini terkait dengan pola penyakit yang muncul akibat proses penuaan, seperti penyakit degeneratif, penyakit metabolik dan masalah psikososial (Hatta, 2018).

Status gizi setiap individu mampu terpengaruh oleh pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap gizi seimbang. Secara tidak langsung status gizi dapat dipengaruhi oleh pengetahuannya, karena informasi yang diperoleh

kemudian dipahami dan diterima yang mendorong seseorang untuk lebih sadar dalam memenuhi kebutuhan zat gizi berdasarkan pemahaman yang dimilikinya (Suharto et al, 2022). Pengetahuan seseorang terkait gizi juga memengaruhi sikap dan perilakunya ketika memilih dan menentukan makanan, yang kemudian akan berdampak pada status gizi orang tersebut. Tentunya, kian baik pemahaman gizi seseorang, diharapkan semakin optimal kondisi gizinya (Soraya et al., 2017).

Sebelumnya peneliti sudah melakukan survey awal dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan lansia guna mengetahui status gizi berdasarkan IMT. Responden berasal dari 6 RW di Desa Cinyosog. Dari hasil penimbangan tersebut didapatkan nilai persentase lansia dengan gizi lebih sebanyak 58,3%, lansia dengan gizi kurang 8,4% dan lansia dengan gizi baik sebanyak 33,3%. Hal ini menunjukkan bahwa lansia dengan gizi lebih menunjukkan angka tertinggi dibandingkan lansia dengan gizi baik dan gizi kurang.

Sikap merupakan reaksi seseorang terhadap suatu persoalan atau hal. Sikap juga terpengaruh oleh seberapa baik pengetahuan seseorang yang kemudian membentuk kecenderungan dalam berfikirnya. Sikap terakut langsung dengan mentalitas serta keyakinan yang dapat memengaruhi keputusan yang diambil. Individu yang memiliki pandangan positif terhadap gizi seimbang, yaitu dengan memahami, mengetahui serta menerima manfaat dari gizi seimbang cenderung mempunyai status gizi yang baik. Hal ini merupakan hasil dari respons positif tubuh terhadap gizi seimbang (Anggarini et al., 2022).

Beragam keyakinan, pemahaman dan pengalaman yang dimiliki seseorang dan lalu akan memunculkan aksi atau perbuatan di suatu bidang merupakan hasil dari perilaku. Pengetahuan dan sikap gizi seimbang yang baik cenderung dihasilkan oleh orang yang mempunyai perilaku gizi seimbang yang baik, sehingga mencerminkan perbuatan yang tepat untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Karo, 2019). Menurut Fajriani (2020) didalam penelitiannya dijelaskan bahwa pengetahuan, sikap dan perilaku ialah tiga faktor yang dapat memengaruhi status gizi seseorang.

Masalah kesehatan pada lansia seperti malnutrisi, obesitas serta penyakit tidak menular akan terus bertambah seiring dengan peningkatan jumlah penduduk lansia di setiap tahunnya. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan gizi pra-lansia sangatlah penting.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan hasil surey awal yang sudah dilakukan oleh penulis disimpulkan bahwa nilai persentase lansia dengan gizi lebih sebanyak 58,3%, lansia dengan gizi kurang 8,4% dan lansia dengan gizi baik sebanyak 33,3%. Hal ini menunjukkan bahwa lansia dengan gizi lebih menunjukkan angka tertinggi dibandingkan lansia dengan gizi baik dan gizi kurang.

Dengan demikian peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran pengetahuan, sikap, perilaku gizi seimbang dan status gizi (IMT & RLPP) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim nikmatul abror serta bagaimana kecenderungan hubungan antar variable.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran karakteristik (Usia) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim nikmatul abror Desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
2. Bagaimana gambaran pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim nikmatul abror Desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
3. Bagaimana gambaran sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim nikmatul abror Desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
4. Bagaimana gambaran perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
5. Bagaimana gambaran status gizi berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
6. Bagaimana gambaran status gizi berdasarkan rasio lingkaran pinggang panggul (RLPP) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi

7. Bagaimana gambaran status gizi (IMT) berdasarkan pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
8. Bagaimana gambaran status gizi (IMT) berdasarkan sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
9. Bagaimana gambaran status gizi (IMT) berdasarkan perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
10. Bagaimana gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
11. Bagaimana gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
12. Bagaimana gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

##### **1.4.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan, Sikap, Perilaku Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Pra-Lansia Wanita di Majlis Ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi.

##### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Tujuan Khusus penelitian ini adalah:

1. Mengetahui gambaran karakteristik (usia) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi

2. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
3. Mengetahui gambaran sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
4. Mengetahui perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
5. Mengetahui gambaran status gizi berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
6. Mengetahui gambaran status gizi berdasarkan rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
7. Mengetahui gambaran status gizi (IMT) berdasarkan pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
8. Mengetahui gambaran status gizi (IMT) berdasarkan sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
9. Mengetahui gambaran status gizi (IMT) berdasarkan perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
10. Mengetahui gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan pengetahuan gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
11. Mengetahui gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan sikap gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi
12. Mengetahui gambaran status gizi (RLPP) berdasarkan perilaku gizi seimbang pada pra-lansia wanita di majlis ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Dapat memperluas wawasan dan keterampilan di bidang penelitian, tekhusus mengenai pemahaman tentang pengetahuan, sikap, perilaku gizi seimbang dan status gizi pada Pra-Lansia Wanita di Majelis Ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi. Serta agar mampu mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama peneliti dalam masa perkuliahan.

### **1.5.2 Bagi Instansi Terkait**

Dapat memberikan informasi serta menambah sumber pengetahuan, keilmuan dalam bidang gizi terutama mengenai Gambaran Pengetahuan, Sikap, Perilaku Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Pra-Lansia Wanita di Majelis Ta'lim Nikmatul Abror desa Cinyosog Kabupaten Bekasi

### **1.5.3 Bagi Masyarakat Khususnya Pra-Lansia Wanita**

Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pandangan masyarakat khususnya pada pra-lansia wanita terkait gizi. Menyadari dan memahami faktor-faktor yang dapat menimbulkan masalah gizi, sehingga dapat mengubah pola hidup menjadi lebih sehat.

### **1.5.4 Bagi Institusi Pendidikan Universitas MH Thamrin**

Dapat memberikan wawasan serta menjadi sumber pembelajaran dan sumber rujukan bagi pihak-pihak yang akan melakukan studi lanjutan terkait topik yang berhubungan dengan judul penelitian ini.