

HUBUNGAN DAYA TERIMA MAKANAN DAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA MINAULA KENDARI

Rofiqoh¹, La Banudi², Pertiwi Sari Buna³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Kendari

ABSTRAK

Latar Belakang : Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah asupan makan. Apabila konsumsi utamanya adalah energi dan protein tidak memenuhi kecukupan yang diperlukan oleh tubuh maka akan menyebabkan status gizi kurang, dan apabila berlangsung lama maka akan menyebabkan status gizi buruk. Kondisi ini juga dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh. Daya terima makanan yang disajikan dipengaruhi oleh dua aspek yaitu aspek penampilan makanan dan rasa makanan.

Tujuan : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya terima makanan dan tingkat konsumsi energi, protein dengan status gizi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif Analitik dengan pendekatan Cross Sectional dengan jumlah sampel 49 orang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Oktober – 14 November 2016. Variabel bebas meliputi daya terima makanan, tingkat konsumsi energi, tingkat konsumsi protein dan status gizi sebagai variabel terikat. Data daya terima makanan, tingkat konsumsi energi dan tingkat konsumsi protein diperoleh dengan wawancara menggunakan formulir uji organoleptik dan formulir recall 2 x 24 jam, data status gizi diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan.

Hasil : Penelitian menunjukkan untuk daya terima makanan sebagian besar dengan kategori baik 89,8%, tingkat konsumsi energi sebagian besar dengan kategori cukup 69,4%, tingkat konsumsi protein sebagian besar dengan kategori kurang 67,3% dan status gizi sebagian besar dengan kategori normal 75,5%. Ada hubungan daya terima makanan dengan status gizi dengan nilai ($p=0,010$), tidak ada hubungan konsumsi energi dengan status gizi dengan nilai ($p=0,298$), tidak ada hubungan konsumsi protein dengan status gizi dengan nilai ($p=0,140$).

Kesimpulan : Ada hubungan daya terima makanan dengan status gizi, tidak ada hubungan konsumsi energi dan konsumsi protein dengan status gizi

Kata Kunci : Daya Terima Makanan, Konsumsi Energi, Konsumsi Protein, Status Gizi

PENDAHULUAN

Masalah Gizi kurang dan Buruk merupakan Masalah kesehatan yang Keberhasilan pembangunan adalah cita-cita suatu bangsa yang terlihat dari peningkatan taraf hidup dan Umur Harapan Hidup (UHH)/Angka Harapan Hidup (AHH).⁶ Perkembangan penduduk lanjut usia di Indonesia sepuluh tahun dari sekarang diperkirakan mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34%. Dari jumlah tersebut, pada tahun 2010 jumlah penduduk Lansia yang tinggal di perkotaan sebesar 12.380.321 (9,58%) dan yang tinggal di pedesaan sebesar 15.612.232 (9,97%).

Masalah gizi yang sering diderita usia lanjut adalah gizi kurang dan gizi lebih. Lansia di Indonesia dalam keadaan kurang gizi sebanyak 3,4%, berat badan kurang sebesar 28,3%, berat badan ideal sebesar 42,4%, berat badan lebih sebesar 6,7% dan obesitas sebesar 3,4%. Sedangkan konsumsi energi dan protein rata-rata <80% AKG.

Di Sulawesi Tenggara khususnya Kota Kendari, Dinas Sosial telah mendirikan panti penyantunan Lansia atau Panti Tresna Werdha Minaula Kendari. Tujuannya yaitu agar lansia dapat menikmati masa tuanya dalam suasana aman, tentram dan sejahtera. Hasil penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari menyebutkan bahwa terdapat 47,43% mengalami gizi kurang. Pada penelitian serupa terdapat peningkatan prevalensi gizi kurang sebesar 58,1%. Hal ini disebabkan karena asupan makanan tidak seimbang, dimana konsumsi energi cukup sebesar 64,9% dan konsumsi protein dalam kategori kurang sebesar 52,7%.⁴ Pola makanan di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari sebagian besar (59%) mengatakan kurang dengan status gizi kurang sebesar 62% dan status gizi baik 38%.¹⁵

Daya terima makanan adalah kemampuan seseorang untuk menghabiskan makanan yang disajikan sesuai dengan kebutuhannya. Daya terima erat kaitannya dengan asupan makanan, untuk

mempertahankan kesehatan dan menjalankan fungsinya dengan baik, tubuh manusia memerlukan gizi termasuk kebutuhan energi yang didapat dari makanan.⁸

Berdasarkan uraian dan permasalahan tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Daya Terima Makanan dan Tingkat Konsumsi Energi, Protein dengan Status Gizi pada Lansia di Panti Tresna Werdha Minaula Kendari”.

Penelitian ini dilakukan sebagai bahan informasi serta masukan bagi pihak Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari dalam mengambil kebijakan tentang daya terima makanan dan tingkat konsumsi energi dan protein dengan status gizi Lansia dalam meningkatkan pelayanan makanan, diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi dalam bidang penyelenggaraan makanan dan merupakan suatu aplikasi ilmu pengetahuan khususnya ilmu penyelenggaraan makanan institusi yang telah diperoleh selama perkuliahan.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah Deskriptif Analitik dengan Pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari pada tanggal 10 Oktober – 14 November 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar sebagai penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari yang berjumlah 95 orang. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 49 orang.

Cara pengambilan sampel menggunakan metode Purposive Sampling dengan kriteria sebagai berikut: Penghuni Panti Sosial Treana Werdha Minaula berumur (60 tahun keatas) yang masuk kategori lansia, bersedia menjadi responden dan dapat berkomunikasi dengan baik, dalam keadaan sehat, berbadan tegak (tidak bungkuk).

Jenis dan teknik pengumpulan data: data primer meliputi data daya terima makanan diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan formulir uji organoleptik daya terima makanan, data tingkat konsumsi energi dan protein diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan formulir recall konsumsi selama 2 x 24 jam berturut-turut dan data status gizi diperoleh melalui pengukuran tinggi badan (microtoise) dan berat badan (timbangan injak Digital), sedangkan data sekunder meliputi Gambaran Umum Panti Sosial Tresna Werdha Minaula dan identitas sampel seperti umur, jenis kelamin, dan pendidikan diperoleh melalui penelusuran dokumen.

Pengolahan data: Data tentang karakteristik sampel meliputi umur, jenis kelamin, dan pendidikan diolah secara manual dalam bentuk tabel frekuensi dan narasi. Data daya terima makanan diperoleh dengan menjumlahkan skor jawaban dari aspek penampilan dan rasa dibagi skor total dan dikali 100% dan hasilnya dibandingkan dengan kriteria. Data warna, konsistensi, porsi, bentuk, suhu, bumbu, aroma, dan kematangan makanan diperoleh dengan menjumlahkan skor jawaban dibagi skor total dan dikali 100% dan hasilnya dibandingkan dengan kriteria. Data konsumsi energi dan protein hasilnya diolah dengan menggunakan program Nutrisurvey hasilnya dirata-ratakan dan dibandingkan dengan kriteria. Data status gizi hasilnya diolah dengan menggunakan rumus IMT dan hasilnya dibandingkan dengan kriteria.

Analisis data: Analisis univariat, digunakan untuk mendeskripsikan variabel-variabel penelitian, yakni daya terima makanan, tingkat konsumsi energi, tingkat konsumsi protein dan status gizi pada Lansia. Analisis bivariat untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan terikat menggunakan uji Chi-Square dengan interpretasi hasil uji hipotesis yaitu H_0 ditolak dan H_a di terima jika ($p < 0,05$), pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

HASIL

Tabel 1

Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki – laki	22	44,9
perempuan	27	55,1
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel terdapat 44,9 % ($n=22$) jenis kelamin laki-laki dan 55,1 % ($n=27$) merupakan jenis kelamin perempuan

Tabel 2

Distribusi sampel berdasarkan Umur

Umur	n	%
>90 tahun (Usia sangat tua)	4	8,2
75-90 tahun (Lansia tua)	33	67,3
60-74 tahun (Lanjut usia)	12	24,5
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel sebagian besar terdapat 67,3 % ($n=33$) pada golongan umur 75-90 tahun, dan sebagian kecil 8,2 % ($n=4$) pada golongan umur >90 tahun.

Tabel 3

Distribusi sampel berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	n	%
SMA	3	6,1
SMP	5	10,2
SD	22	44,9
Tidak Sekolah	19	38,8
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel sebagian besar terdapat 44,9 % ($n=22$) berpendidikan SD dan sebagian kecil 6,1 % ($n=3$) berpendidikan SMA

Tabel 4

Distribusi sampel berdasarkan Daya terima makanan

Daya terima makanan	n	%
Cukup	44	89,8
Kurang	5	10,2
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel, terdapat 89,8% ($n=44$) yang memiliki daya terima makanan dengan kategori cukup dan 10,2% ($n=5$) yang memiliki daya terima makanan dengan kategori kurang.

Tabel 5
Daya terima sampel terhadap warna makanan

Warna makanan	Daya terima						Jumlah	
	Menarik		Kurang menarik		Tidak menarik			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	41	83,7	6	12,2	2	4,1	49	100
Lauk Hewani	35	71,4	12	24,5	2	4,1	49	100
Lauk Nabati	39	79,6	8	16,3	2	4,1	49	100
Sayuran	36	73,5	11	22,4	2	4,1	49	100
Buah	49	100	0	0	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa warna makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap warna makanan dimana untuk nasi (83,7 %) kategori menarik, lauk hewani (71,4 %) kategori menarik, lauk nabati (79,6 %) kategori menarik, sayuran (73,5 %) kategori menarik, dan buah (100 %) kategori menarik

Tabel 6
Daya terima sampel terhadap konsistensi makanan

Konsistensi makanan	Daya terima						Jumlah	
	Sesuai		Kurang sesuai		Tidak sesuai			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	34	69,4	12	24,5	3	6,1	49	100
Lauk Hewani	33	67,3	13	26,5	3	6,1	49	100
Lauk Nabati	35	71,4	11	22,4	3	6,1	49	100
Sayuran	33	67,3	11	22,4	5	10,2	49	100
Buah	48	98	1	2	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa konsistensi makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap konsistensi makanan dimana untuk nasi (69,4 %) kategori sesuai, lauk hewani (67,3 %) kategori sesuai, lauk nabati (71,4 %) kategori sesuai, sayuran (67,3 %) kategori sesuai, dan buah (98 %) kategori sesuai.

Tabel 7
Daya terima sampel terhadap porsi makanan

Porsi makanan	Daya terima						Jumlah	
	Sesuai		Kurang sesuai		Tidak sesuai			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	14	28,6	28	57,1	7	14,3	49	100
Lauk Hewani	22	44,9	21	42,9	6	12,2	49	100
Lauk Nabati	27	55,1	14	28,6	8	16,3	49	100
Sayuran	19	38,8	21	42,9	9	18,4	49	100
Buah	46	93,9	1	2	2	4,1	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa porsi makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap porsi makanan dimana untuk

nasi (28,6 %) kategori sesuai, lauk hewani (44,9 %) kategori sesuai, lauk nabati (55,1 %) kategori sesuai, sayuran (38,8 %) kategori sesuai, dan buah (93,9 %) kategori sesuai.

Tabel 8
Daya terima sampel terhadap bentuk makanan

Bentuk makanan	Daya terima						Jumlah	
	menarik		Kurang menarik		Tidak menarik			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	39	79,6	8	16,3	2	4,1	49	100
Lauk Hewani	33	67,3	14	28,6	2	4,1	49	100
Lauk Nabati	33	67,3	14	28,6	2	4,1	49	100
Sayuran	30	61,2	18	36,7	1	2	49	100
Buah	47	95,9	1	2	1	2	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa bentuk makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap bentuk makanan dimana untuk nasi (79,6 %) kategori menarik, lauk hewani (67,3 %) kategori menarik, lauk nabati (67,3 %) kategori menarik, sayuran (61,2 %) kategori menarik, dan buah (95,9 %) kategori menarik

Tabel 9
Daya terima sampel terhadap suhu makanan

Suhu makanan	Daya terima						Jumlah	
	sesuai		Kurang sesuai		Tidak sesuai			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	32	65,3	13	26,5	4	8,2	49	100
Lauk Hewani	35	71,4	9	18,4	5	10,2	49	100
Lauk Nabati	37	75,5	6	12,2	6	12,2	49	100
Sayuran	33	67,3	9	18,4	7	14,3	49	100
Buah	49	100	0	0	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa suhu makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap suhu makanan dimana untuk nasi (65,3 %) kategori sesuai, lauk hewani (71,4 %) kategori sesuai, lauk nabati (75,5 %) kategori sesuai, sayuran (67,3 %) kategori sesuai, dan buah (100 %) kategori sesuai.

Tabel 10
Daya terima sampel terhadap bumbu makanan

Bumbu makanan	Daya terima						Jumlah	
	enak		Kurang enak		Tidak enak			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	37	75,5	12	24,5	0	0	49	100
Lauk Hewani	22	44,9	22	44,9	5	10,2	49	100
Lauk Nabati	26	53,1	19	38,8	4	8,2	49	100
Sayuran	23	46,9	19	38,8	7	14,3	49	100
Buah	48	98	1	2	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa bumbu makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap bumbu makanan dimana untuk nasi (75,5 %) kategori enak, lauk hewani (44,9 %) kategori enak, lauk nabati (53,1 %) kategori enak, sayuran (46,9 %) kategori enak, dan buah (98 %) kategori enak.

Tabel 11
Daya terima sampel terhadap aroma makanan

Aroma makanan	Daya terima						Jumlah	
	Sedap		Kurang sedap		Tidak sedap			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nasi	30	61,2	16	32,7	3	6,1	49	100
Lauk Hewani	19	38,8	21	42,9	9	18,4	49	100
Lauk Nabati	28	57,1	16	32,7	5	10,2	49	100
Sayuran	29	59,2	17	34,7	3	6,1	49	100
Buah	48	98	1	2	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa aroma makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap aroma makanan dimana untuk nasi (61,2 %) kategori sedap, lauk hewani (38,8%) kategori sedap, lauk nabati (57,1 %) kategori sedap, sayuran (59,2 %) kategori sedap, dan buah (98 %) kategori sedap

Tabel 12
Daya terima sampel terhadap tingkat kematangan makanan

Tingkat kematangan makanan	Daya terima						Jumlah	
	matang		Kurang matang		Tidak matang/terlalu matang			
	n	%	n	%	n	%	N	%
Nasi	42	85,7	6	12,2	1	2	49	100
Lauk Hewani	41	83,7	7	14,3	1	2	49	100
Lauk Nabati	39	79,6	9	18,4	1	2	49	100
Sayuran	39	79,6	6	12,2	4	8,2	49	100
Buah	49	100	0	0	0	0	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat kematangan makanan dari 49 sampel menyatakan daya terima terhadap tingkat kematangan makanan dimana untuk nasi (85,7 %) kategori matang, lauk hewani (83,7 %) kategori matang, lauk nabati (79,6 %) kategori matang, sayuran (79,6 %) kategori matang, dan buah (100 %) kategori matang.

Tabel 13
Distribusi sampel berdasarkan tingkat konsumsi energi

Konsumsi energi	n	%
cukup	34	69,4
kurang	15	30,6
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel terdapat 69,4 % (n=34) konsumsi energi pada kategori cukup dan 30,6 % (n=15) konsumsi energi pada kategori kurang

Tabel 14
Distribusi sampel berdasarkan tingkat konsumsi protein

Konsumsi protein	n	%
cukup	16	32,7
kurang	33	67,3
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel terdapat 32,7 % (n=16) konsumsi protein pada kategori cukup dan 67,3 % (n=33) konsumsi protein pada kategori kurang

Tabel 15
Distribusi sampel berdasarkan status gizi

Status gizi	n	%
Normal	37	75,5
kurus	12	24,5
Total	49	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 49 sampel terdapat 75,5 % (n=37) memiliki status gizi dengan kategori normal, dan 24,5 % (n=12) berada pada kategori status gizi kurus.

Tabel 16
Hubungan Daya terima makanan dengan status gizi

Daya Terima Makanan	Status Gizi				Total	
	Normal		kurus			
	n	%	n	%	n	%
Cukup	36	73,5	8	16,3	44	89,8
kurang	1	2,0	4	8,2	5	10,2
Total	37	75,5	12	24,5	49	100

Dari 44 sampel dengan daya terima cukup sebesar 73,5% (n=36) berada pada status gizi kategori normal dan dari 5 sampel dengan daya terima kategori kurang sebesar 8,2% berada pada kategori kurus.

Hasil analisis menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai $p=0,010$ ($\alpha=0,05$) dengan demikian terdapat hubungan bermakna antara daya terima makanan dengan status gizi.

Tabel 17
Hubungan konsumsi energi dengan status gizi

Konsumsi energi	Status Gizi				Total		P=0.298
	Normal		kurus		n	%	
	n	%	n	%			
Cukup	24	49,0	10	20,4	34	69,4	P=0.298
kurang	13	26,5	2	4,1	15	30,6	
Total	37	75,5	12	24,5	49	100	

Dari 34 sampel dengan konsumsi energi cukup sebesar 49,0 % (n=24) status gizi berada pada kategori normal dan dari 15 dengan konsumsi energi kurang, sebagian besar 4,1 % (n=2) status gizi berada pada kategori kurus.

Hasil analisis menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai $p=0,298$ ($\alpha=0,05$) dengan demikian terdapat tidak terdapat hubungan bermakna antara konsumsi energi dengan status gizi.

Tabel 18
Hubungan konsumsi protein dengan status gizi

Konsumsi protein	Status Gizi				Total		P=0.140
	Normal		kurus		n	%	
	n	%	n	%			
Cukup	10	20,4	6	12,2	16	32,7	P=0.140
kurang	27	55,1	6	12,2	33	67,3	
Total	37	75,5	12	24,5	49	100	

Dari 16 sampel dengan konsumsi energi cukup sebesar 20,4 % (n=10) status gizi berada pada kategori normal dan dari 33 dengan konsumsi energi kurang, sebagian besar 12,2 % (n=6) status gizi berada pada kategori kurus.

Hasil analisis menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai $p=0,140$ ($\alpha=0,05$) dengan demikian terdapat tidak terdapat hubungan bermakna antara konsumsi protein dengan status gizi.

PEMBAHASAN

1. Daya Terima Makanan

Daya terima terhadap suatu makanan ditentukan oleh rangsangan yang di timbulkan oleh makanan melalui indra penglihatan, pencernaan serta perasa atau pengecap bahkan mungkin mendengar. Kepuasan sifatnya relatif oleh karena itu berbeda untuk setiap orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat

hubungan bermakna antara daya terima makanan dengan status gizi Lansia.

Faktor yang menyebabkan seseorang tidak dapat menghabiskan makanan yang disajikan antara lain faktor yang berasal dari dalam diri sendiri (faktor internal). Faktor internal berkaitan dengan nafsu makan, kebiasaan makan, rasa bosan yang menghinggapi seseorang serta adanya aturan makan tertentu.⁹ Pada umumnya bagi seseorang yang sedang dalam keadaan sakit, nafsu makannya akan menurun. Demikian pula sebaliknya, bagi seseorang dalam keadaan sehat, maka nafsu makannya akan baik. Kurangnya nafsu makan, menurunnya absorpsi, dan kebiasaan mengurangi makan pada saat sakit akan mempengaruhi status gizi dan mempercepat malnutrisi.¹⁴

a. Aspek penampilan makanan

Pada hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa penampilan makanan secara keseluruhan mulai dari warna, tekstur, porsi dan bentuk yang disajikan di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari sebagian besar Lansia memiliki tanggapan cukup puas berdasarkan penampilan nasi, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah. Namun penampilan makanan yang disajikan tersebut harus diperhitungkan untuk dipertahankan jika perlu ditingkatkan agar tampilan makanan lebih menarik sehingga dapat menggugah selera makan Lansia untuk menghabiskan makanan yang disajikan

b. Aspek rasa makanan

Pada hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa rasa makanan secara keseluruhan mulai dari suhu, bumbu, aroma dan tingkat kematangan yang disajikan di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari sebagian besar Lansia memiliki tanggapan cukup puas berdasarkan rasa nasi, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah. Namun untuk rasa terhadap makanan yang disajikan tersebut juga harus diperhitungkan untuk dipertahankan jika perlu ditingkatkan agar rasa makanan lebih enak sehingga dapat menggugah selera makan Lansia untuk menghabiskan makanan yang disajikan.

2. Konsumsi energi

Kebutuhan energi seseorang adalah konsumsi energi dari makanan diperlukan untuk menutupi pengeluaran energi seseorang bila ia mempunyai ukuran dan komposisi tubuh dengan tingkat aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang dan memungkinkan. Kecukupan energi adalah banyaknya asupan (intake) makanan dari seseorang yang seimbang yang sesuai dengan ukuran tubuh tingkat kegiatan jasmani dalam keadaan sehat dan mampu menjalankan tugas-tugas kehidupan secara ekonomis dalam jangka waktu lama.²

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi energi dengan status gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang hubungan antara riwayat penyakit, asupan protein dan faktor-faktor lain dengan status gizi peserta posyandu lansia di Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi dikarenakan kurangnya total asupan energi pada penelitian ini kemungkinan disebabkan karena nafsu makan yang berkurang akibat terjadinya kesulitan dalam proses menelan makanan karena proses menua. Asupan total energi yang kurang mengakibatkan responden banyak mengalami gizi lebih. Hal ini dapat terjadi karena perkiraan asupan total energi ini hanya menggambarkan kondisi pada waktu penelitian. Di samping itu, kemungkinana gizi lebih yang terjadi pada responden sudah berlangsung lama dan pada saat penelitian responden sedang mengalami program diet.¹³

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian tentang "The Association Between Intake of Energy, Protein and Physical Activity with Nutritional Status of Elderly People Living in Nursing House"¹⁶ dan penelitian tentang hubungan tingkat konsumsi energi protein dan daya terima makanan dengan status gizi pada pasien ruang kelas III di Rumah Sakit Umum Propinsi Sulawesi Tenggara yang menunjukkan ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi pasien ruang kelas III.¹⁷

3. Konsumsi Protein

Protein adalah bagian dari semua sel hidup dan merupakan bagian terbesar tubuh sesuai air. Seperlima bagian tubuh adalah protein, separuhnya ada di dalam otot, seperlima didalam tulang dan tulang rawan, sepersepuluh di dalam kulit, dan selebihnya di dalam jaringan lain dan cairan tubuh.² Protein dalam tubuh juga berfungsi untuk kekebalan tubuh, pengganti jaringan yang rusak dan untuk pertumbuhan. Fungsi dari protein menyumbangkan asam amino dan nitrogen untuk mengganti jaringan yang hilang. Kebutuhan protein lansia harus lebih tinggi dibanding orang dewasa. Hal ini disebabkan karena pada orang tua efisiensi penggunaan senyawa nitrogen oleh tubuh berkurang.²

Proses menua menimbulkan perubahan-perubahan komposisi tubuh, salah satu perubahan penting adalah pengurangan protein total tubuh. Akibat pengurangan protein tersebut menyebabkan elastisitas kulit menurun, luka sulit sembuh dan massa otot secara cepat menurun yang berhubungan dengan menurunnya keseimbangan nitrogen dalam tubuh. Hasil analisis yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan asupan protein dengan status gizi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang hubungan tingkat konsumsi energi protein dan daya terima makanan dengan status gizi pada pasien ruang kelas III di Rumah Sakit Umum Propinsi Sulawesi Tenggara yang menunjukkan tidak ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi pasien ruang kelas III.¹⁷

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian tentang hubungan antara riwayat penyakit, asupan protein dan faktor-faktor lain dengan status gizi peserta posyandu lansia di Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi.¹³

KESIMPULAN & SARAN

Kesimpulan

1. Daya terima makanan sebagian besar dengan kategori baik 89,8%.

2. Konsumsi energi sebagian besar dengan kategori cukup 69,4%.
3. Konsumsi protein sebagian besar dengan kategori kurang 67,3%.
4. Status gizi sebagian besar dengan kategori normal 75,5%.
5. Terdapat hubungan antara daya terima makanan dengan status gizi.
6. Tidak terdapat hubungan antara konsumsi energi dengan status gizi.
7. Tidak terdapat hubungan antara konsumsi protein dengan status gizi.

Saran

Bagi pengelola Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari, senantiasa memperhatikan makanan yang akan disajikan khususnya dari segi penampilan makanan dibuat lebih menarik lagi jika perlu penambahan garnis agar dapat meningkatkan nafsu makan Lansia sehingga makanan yang dikonsumsi oleh Lansia dapat meningkatkan asupan gizi yang dapat memperbaiki status gizi pada Lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, H.F. (2012). Perbedaan Asupan Energi, Protein, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Antara Lansia yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Senam Bugur Lansia. Universitas Diponegoro. Semarang. Karya Tulis Ilmiah
- Almatsier, S. (2004). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Andrini, Y. N. (2012). Penyelenggaraan Makanan, Daya Terima dan Konsumsi Pangan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Salam Sejahtera Bogor. Skripsi
- Indisari. (2009). Hubungan Antara Tingkat Konsumsi, Energi, Protein, Kalsium dan Fosfor dengan Status Gizi Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. Karya Tulis Ilmiah
- Isdaryanti, C. (2007). Asupan Energi Protein, Status Gizi, dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Arjowinangun I Pacitan. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Skripsi
- Kemendes RI. (2013). Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kementrian RI. (2012). Pedoman Gizi Usia Lanjut. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kurniah, I. (2009). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Daya Terima Makan Siang Karyawan Di RS. Brawijaya Women And Children Kebayoran Baru Jakarta Selatan. Skripsi
- Moehyi, S. (1992). Penyelenggaraan Makanan Institusi dan Jasa Boga. Jakarta: Bhatara.
- Notoatmodjo, (2007). Kesehatan Masyarakat, Ilmu dan Seni. Rineka cipta. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Puspitasari, (2011). Keragaan Konsumsi Pangan, Status Kesehatan, Tingkat Depresi dan Status Gizi Lansia Peserta dan Bukan Peserta Program Home Care di Tegal Alur, Jakbar. Skripsi
- Salbiah. (2015). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap, Asupan Gizi pada Usia Lanjut di Panti Tresna Werdha Minaula Kota Kendari. Karya Tulis Ilmiah
- Setiani, W.D. (2012). Hubungan Antara Riwayat Penyakit, Asupan Protein dan Faktor-Faktor Lain dengan Status Gizi Peserta Posyandu Lansia di Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. Skripsi
- Supriasa, I. D. N, Bakri, B. Fajar, I. 2001. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Widyasari. (2013). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang pada Usia Lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kota Kendari. Karya Tulis Ilmiah

- Yoga, M. A. P. A. (2015). The Association Between Intake of Energy, Protein and Physical Activity with Nutritional Status of Elderly People Living in Nursing House. Jurnal Majority. Volume 4. Nomor 2. Januari 2015.
- Yuldianti. (2011). Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Protein dan Daya Terima Makanan dengan Status Gizi pada Pasien Ruang Kelas III di Rumah Sakit Umum Provinsi Sulawesi Tenggara. Karya Tulis Ilmiah