Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Antara Aktifitas Fisik, Asupan Makanan dan Status Kesehatan Dengan Status Gizi Pada Lansia di Posyandu Lansia Cempaka 115 Jakarta Pusat

Tya Tri Pertiwi

Deskripsi Lengkap: http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=65334&lokasi=lokal

---

Abstrak

Masalah gizi yang dihadapi lansia berkaitan erat dengan penurunan aktifitas fisiologi tubuhnya. Konsumsi pangan yang kurang seimbang akan memperburuk kondisi lansia yang secara alami memang sudah menurun. Penelitian ini adalah untuk mengetahui aktifitas Fisik, asupan makan, dan status kesehatan dengan status gizi pada lansia di Posyandu Lansia Cempaka 115 Jakarta Pusat. Dengan melihat, enganalisis hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi, Menganalisis hubungan antara asupan makan dengan status gizi, dan
Menganalisis hubungan antara status kesehatan dengan status gizi pada lansia.
Penelitian ini dilakukan secara cross sectional dengan menggunakan metode survei. Penelitian ini dilaksanakan di Jakarta yang dipilih secara purposive sampling. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2012, dan lansia yang memenuhi kriteria berjumlah 32 orang. Data yang diperoleh akan diolah dan dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan program komputer. Berdasarkan hasil penelitian, jenis kelamin sebagian besar (87,5%) adalah perempuan, dan Riwayat pendidikan sebagian besar adalah berlatar belakang SD (46,9%). Berdasarkan hasil penelitian status gizi sebagian besar (46,9%) adalah
status gizi normal, berdasarkan tingkat aktifitas fisik sebagian besar (56,2%) adalah aktifitas sedang. Namun berdasarkan hasil penelitian asupan makan energi kurang (87,5%), asupan protein kurang (87,5%), asupan Kalsium kurang (87,5%), dan asupan besi kurang (62,5%). Dan Keadaan kesehatan berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar (65,6%) adalah status kesehatan tidak sehat.
Hasil uji statistik menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi P=0,737), dari asupan makan (energi, protein, kalsium, dan besi) menunujukan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi P=0,104 asupan protein menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi P=0,893, asupan kalsium menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara asupan kalsium dengan status gizi P=0,104 dan asupan besi menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara asupan
besi dengan status gizi P=0,082. Lalu dari hasil status kesehatan Menunjukan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status kesehatan dengan status gizi P=0,004 Berdasarkan hasil penelitian, untuk melengkapi kekurangan asupan lansia yang kurang akibat dari menurunnya nafsu makan lebih baik diberikan tambahan susu juga makanan protein dan nabati, dimana didalam susu, protein hewani dan nabati mempunyai kandungan zat gizi yang bisa menjaga daya tahan tubuh pada lansia disaat lansia mengalami penurunan nafsu makan dan menjaga kesehatan dalam beraktifitas sehari-hari.