

Pengaruh Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia di Desa Pandean Kecamatan Paiton

Shelsa Aprilia Putri¹ Risa Wulandari Tribuana Putri², Vina Sholehatal Fikriyah³
Rizky Nur Octavianti⁴, Ruwaidatul Ummah⁵, Riska Dewi Talia⁶, Heny Nuris Shodiqoh⁷

Universitas Nurul Jadid, Probolinggo, Indonesia ^{1,2,3,4,5,6,7}
{shelsaapriiaputri@gmail.com¹ rizaspenzu@gmail.com²
Sffina7@gmail.com³ nurr36091@gmail.com⁴ ummahruwaidatul@gmail.com⁵
riskadewitalia@gmail.com⁶ henynuris01@gmail.com⁷}

Abstrak. Latar Belakang: Pertambahan usia mengakibatkan fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degenerative (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak diderita oleh lansia. Peran keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia sangat penting agar terhindar dari penyakit degenerative. Metode: Desain penelitian ini merupakan kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang mempunyai lansia (usia 60-70 tahun) sebanyak 45 orang dengan menggunakan Teknik total sampling. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner, dari hasil kuesioner diolah dan dilakukan uji analisa data univariat dan bivariat analisis data chi-square. Hasil: Hasil penelitian didapatkan optimalisasi peran keluarga adalah 202 responden (87,8%), pemenuhan nutrisi pada lansia yaitu 197 responden (85,7%), dan nilai diperoleh (p value = $0,001 < 0,05$). Kesimpulan: Dari hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p -value $0,000$ ($p < 0,005$) maka hipotesis H_0 ditolak. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara optimalisasi peran keluarga terhadap pemenuhan nutrisi pada lansia di Desa Pandean.

Katakunci: *Optimalisasi Peran keluarga; Nutrisi; Lansia*

Abstrack. Introduction: Increasing age causes physiological functions to decrease due to degenerative processes (aging), so that non-communicable diseases often suffer from the elderly. The role of the family in providing nutrition for the elderly is very important to avoid degenerative diseases. Methods: This research design is a quantitative descriptive correlation with a cross sectional approach. The population in this study were families with 45 elderly people (aged 60-70 years) using total sampling technique. Data were collected using a questionnaire, the results of the questionnaire were processed and univariate data analysis and bivariate chi-square data analysis were carried out. Result: The research results showed that optimizing the role of the family was 202 respondents (87.8%), fulfilling nutrition in the elderly was 197 respondents (85.7%), and the value obtained (p value = $0.001 < 0.05$). Conclusion: From the results of the Chi-Square statistical test, a p -value of 0.000 ($p < 0.005$) was obtained, so the hypothesis H_0 was rejected. So it can be concluded that there is a significant influence between optimizing the role of the family on fulfilling nutrition for the elderly in Pandean Village.

Keywords: *Optimizing the Role of Family; Nutrition; Elderly*

Pendahuluan

Populasi lansia meningkat secara cepat diseluruh dunia, jumlah lansia (usia 65 tahun lebih) diseluruh dunia diperkirakan meningkat dua kali lipat dalam 25 tahun ke depan. Populasi penduduk yang berusia 80 tahun keatas juga meningkat pesat secara global. Pada tahun 2030, diperkirakan jumlah penduduk di Amerika meningkat sebanyak 20% (Budianto, 2019).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022, selama sepuluh tahun terakhir, persentase penduduk Lansia di Indonesia meningkat dari 7,57 persen pada 2012 dan menjadi 10,48 persen pada 2022. Angka tersebut diproyeksi akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9 persen pada 2045. Selanjutnya, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk menua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10 persen. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (16,69 persen), Jawa Timur (13,86 persen), Bali (13,53 persen), Jawa Tengah (13,07 persen), Sulawesi Utara (12,98 persen), Sumatera barat (10,79 persen), Sulawesi Selatan (10,65 persen), dan Lampung (10,24 persen) (Astuti, 2023).

Lansia merupakan kelompok manusia yang memasuki tahapan akhir fase kehidupan. Menurut WHO, lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami proses penuaan yang meliputi kemunduran fisik, mental dan social secara perlahan sampai orang tersebut tidak mampu melakukan kegiatan sehari-hari (Toto, Sudargo., 2021). Penuaan yang dialami oleh lansia mengakibatkan kemungkinan terjadinya gangguan makan, proses mengunyah yang tidak baik sampai kesulitan menelan (Tamba, Irnawati., Gultom, 2014).

Status gizi merupakan keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi (nutrisi). Ketidak seimbangan intake nutrisi dengan kebutuhan tubuh akan mempengaruhi status nutrisi. Keterlibatan keluarga sangat penting untuk menyediakan nutrisi yang baik, kemampuan untuk memberikan makanan kesukaan lansia dan memberikan atmosfer social yang mendorong asupan makanan adalah hal yang baik yang dapat dilakukan keluarga. Peran keluarga adalah perilaku antar pribadi dan sifat yang berhubungan dengan pribadi itu sendiri dalam posisi dan situasi tertentu ((Istianto & Kartiningrum, 2012). Peran keluarga dalam merawat lansia antara lain menjaga kesehatan lansia, memenuhi nutrisi lansia, pola istirahat lansia, memberikan motivasi, serta menjaga dan meningkatkan status mental lansia (Maryam, 2011). Dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada lansia, keluarga memiliki peranan yang penting karena nutrisi memiliki kaitan yang erat dalam terjadinya penyakit degenerative seperti penyakit jantung coroner, hipertensi, diabetes mellitus, batu empedu, gout (rematik), ginjal, sirosis dan kanker (Johanna, Christy., Lamtiur, 2020).

Hasil penelitian (Nuri Nazari, Rusli Yusuf, 2016), dengan menggunakan dua analisis data, univariat dan bivariat. Univariat; dukungan keluarga yaitu optimal (67%), karakteristik keluarga optimal (72%), pemenuhan nutrisi lansia seimbang (70%). Bivariat; ada hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan nutrisi lansia ($p= 0,002$), ada hubungan karakteristik keluarga dengan pemenuhan nutrisi lansia ($p= 0,003$). Untuk

melihat pengaruh yang paling dominan, dukungan keluarga adalah variabel yang paling mempengaruhi dalam pemenuhan nutrisi pada lansia. Dari hasil wawancara pada tanggal 30 Juli 2023 pada 10 responden lansia yang berusia diatas 60 tahun, didapatkan bahwa terdapat 6 responden yang mengkonsumsi makanan tinggi lemak namun kurang mengkonsumsi makanan yang berserat.

Kondisi ini dapat meningkatkan resiko lansia mengalami gizi lebih. Berdasarkan hal tersebut diatas peneliti tertarik untuk mengetahui Pengaruh Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Desa Pandean Kecamatan Paiton.

Metode Penelitian

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Pendekatan cross sectional adalah metode penelitian yang dilakukan dengan mengambil waktu tertentu yang relative pendek dan tempat tertentu (M. Askari Azkariah, Vivi Afriani, 2020).

Penelitian ini dilakukan di Di Desa Pandean Kecamatan Paiton dan dilaksanakan pada tanggal 18 – 24 september 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang mempunyai lansia (usia 60-70 tahun) yang berjumlah 543 orang, sampel dalam penelitian ini adalah 230 orang lansia. Metode pengambilan sampel adalah dengan menggunakan Teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sekelompok subjek dalam purposive sampling, didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Jayantika, 2018).

Pengumpulan data dengan menentukan responden yang akan diambil sesuai kriteria sampel, instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner berisi tentang optimalisasi peran keluarga dan pemenuhan nutrisi lansia. Hasil kuesioner kemudian akan diolah dan dilakukan uji analisa data univariat dan bivariat, analisis data chi-square digunakan untuk melihat variabel yang paling mempengaruhi peran keluarga terhadap pemenuhan nutrisi dengan taraf signifikansi $< 0,05$. Dengan sumber dana penelitian dari LP3M Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo.

Tahapan dalam penelitian ini, pertama yang dilakukan Tim adalah meminta izin terhadap Kepala Desa Pandean Kecamatan Paiton untuk melakukan survei lokasi, setelah mendapat izin tim kemudian melakukan survei ke Desa Pandean untuk pengambilan data yang diperlukan, tim akan membagikan kuesioner yang berisi tentang Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia, Instrumen yang digunakan merupakan instrumen yang dikembangkan oleh peneliti sehingga untuk keabsahan instrumen diperlukan uji instrumen. Uji instrumen telah dilaksanakan kepada lansia yang mempunyai karakteristik yang sama dengan sampel penelitian dan dilakukan uji validitas dan reabilitas.

Analisis data di interpretasi menggunakan univariat dan bivariat. Uji kai kuadrat (chi square) dilakukan untuk melihat ada tidaknya asosiasi antara dua variabel yang bersifat kategorik.

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Optimalisasi Peran Keluarga Di Desa Pandean Kecamatan Paiton

Tabel 1.
Optimalisasi Peran Keluarga Di Desa Pandean Kecamatan Paiton

No.	Optimalisasi Peran Keluarga	Frekuensi	%
1	Optimal	202	87,8
2	Kurang Optimal	28	12,2
	Jumlah	230	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar optimalisasi peran keluarga Di Desa Pandean adalah Optimal, yaitu 202 responden (87,8%).

Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Desa Pandean Kecamatan Paiton

Tabel 2.
Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Desa Pandean Kecamatan Paiton

No.	Optimalisasi Peran Keluarga	Frekuensi	%
1	Seimbang	197	85,7
2	Kurang Seimbang	33	14,3
	Jumlah	230	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Desa Pandean adalah seimbang, yaitu 197 responden (85,7%).

Analisis Bivariat

Pengaruh Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia di Desa Pandean Kecamatan Paiton

Tabel 3.
 Pengaruh Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Desa Pandean Kecamatan Paiton

	Value	df	Asymp. Sig. (2- sided)
Pearson Chi-Square	10.223 ^a	1	.001
Continuity Correction ^b	8.512	1	.004
Likelihood Ratio	8.315	1	.004
Fisher's Exact Test			
Linear-by-Linear Association	10.179	1	.001
N of Valid Cases ^b	230		

*Chi-Square Test

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara optimalisasi peran keluarga terhadap pemenuhan nutrisi lansia. Hal ini didasarkan pada tingkat signifikansi antara peran guru terhadap perilaku hidup bersih dan sehat diperoleh ($p \text{ value} = 0,001 < 0,05$).

Pembahasan

Optimalisasi Peran Keluarga

Peran keluarga adalah suatu pola yang berulang dari perilaku oleh individu dalam memenuhi fungsi-fungsi dalam kebutuhan keluarga (P. & G. 2009 dalam R. Dompas, 2021). Terdapat dua kategori peran dalam keluarga, pertama : peran formal (peran yang nampak jelas atau eksplisit seperti ayah atau suami dan sebagainya), dan kedua : peran informal (yang bersifat implisit yang berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan emosional dan individual) (F. 1998 dalam R. Dompas, 2021)

Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia

Setiap makhluk hidup membutuhkan makanan untuk mempertahankan kehidupannya, karena didalam makanan terdapat nutrisi ataupun zat-zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk melakukan kegiatan metabolismenya. Bagi lansia pemenuhan kebutuhan nutrisi atau gizi yang diberikan dengan baik dapat membantu dalam proses

beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang dialaminya. Nutrisi sendiri ialah elemen yang dibutuhkan untuk proses dan fungsi tubuh. Kebutuhan energi didapatkan dari berbagai nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, air, vitamin, dan mineral (A.P. Potter & Perry, 2022)

Nutrisi mempunyai fungsi untuk menghasilkan energi bagi fungsi organ, gerak dan fungsi fisik, sebagai bahan dasar untuk pembentukan, perbaikan jaringan sel-sel tubuh, pengatur suhu dan sebagai pelindung tubuh (Tarwoto & Wartonah, 2006 dalam M, 2022).

Pengaruh Optimalisasi Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia di Desa Pandean Kecamatan Paiton

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara optimalisasi peran keluarga terhadap pemenuhan nutrisi lansia. Hal ini didasarkan pada tingkat signifikansi antara peran keluarga terhadap perilaku hidup bersih dan sehat diperoleh ($p \text{ value} = 0,001 < 0,05$).

Penelitian (Nuri Nazari, Rusli Yusuf, 2016), dukungan keluarga yaitu optimal (67%), karakteristik keluarga optimal (72%), pemenuhan nutrisi lansia seimbang (70%). Bivariat; ada hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan nutrisi lansia ($p = 0,002$), ada hubungan karakteristik keluarga dengan pemenuhan nutrisi lansia ($p = 0,003$).

Lansia dan keluarga merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan. Hasil penelitian Pusat Penelitian Kependudukan-LIPI di tahun 2015, dengan menggunakan data sekunder Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2013 sebesar 86,8 persen lansia masih menetap Bersama keluarga, baik pasangannya, anak maupun cucu keturunannya (Deshinta Vibriyanti, 2019). Keluarga mempunyai peran penting untuk memberikan dukungan dan pengertian kepada lansia karena keluarga bisa memahami dengan baik tantangan menghadapi individu usia lanjut dan cara mengatasi permasalahannya (Wiwin Hendriani, 2022). Permasalahan yang ada pada lansia adalah proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh. Perubahan fisiologis dan psikologis yang mengarah pada penurunan fungsi, keterbatasan serta kelemahan yang sudah tentu dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Berbagai upaya untuk menjaga kualitas hidup lansia adalah dengan menjadikan lansia sehat, produktif, dan mandiri menjadi prioritas dengan mengajak peran serta semua pihak khususnya keluarga. Salah satu faktor penting untuk mempertahankan Kesehatan lansia adalah pemenuhan gizi dan nutrisi yang sesuai dan seimbang, gizi kurang maupun gizi lebih pada masa dewasa akhir dapat memperburuk kondisi fungsional dan Kesehatan lansia, lebih lanjut menurunnya fungsi tubuh dapat mempengaruhi asupan nutrisi dan ketidakmampuan mengabsorbsinya. Apabila pemenuhan nutrisi kurang terjadi terus menerus lansia dapat mengalami kekurangan gizi dan nutrisi sehingga dapat mempengaruhi berkurangnya daya tahan tubuh dalam menangkal berbagai agen penyakit (Setyaningsih, 2023).

Kesimpulan

Optimalisasi peran keluarga Di Desa Pandean Kecamatan Paiton adalah memiliki peran yang optimal diantaranya adalah memenuhi kebutuhan nutrisi pada lansia dengan cara menyediakan makan tiga kali sehari, mengolah sayur yang masih segar, memasak dengan cara mengukus, dan merebus makanan.

Dari hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,005$) maka hipotesis H_0 ditolak. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara optimalisasi peran keluarga terhadap pemenuhan nutrisi pada lansia di Desa Pandean.

Saran

Disarankan kepada keluarga tetap mengoptimalkan perannya dalam pemenuhan nutrisi, karena memiliki kaitan yang erat dalam terjadinya penyakit degenerative seperti penyakit jantung coroner, hipertensi, diabetes mellitus, batu empedu, gout (rematik), ginjal, sirosis dan kanker.

Daftar Pustaka

- A.P. Potter & Perry, 2010 dalam M.Khalid Fredy Saputra. (2022). Pengantar Keperawatan Gerontik. In D. W. Mulyasari (Ed.), *Nutrisi Pada Lansia*. CV Pradina Pustaka Grup.
- Astuti, T. W. H. (2023). Peringatan Hari Lanjut Usia Nasional 2023, BKKBN Dorong Pembentukan Lansia Bermartabat. <https://www.bkkbn.go.id/berita-peringatan-hari-lanjut-usia-nasional-2023-bkkbn-dorong-pembentukan-lansia-bermartabat>
- Budianto, S. S. dan R. (2019). *Prinsip Dasar Kesehatan Lanjut Usia (Geriatric)* (S. Sunarti (ed.); Pertama, p. 1). Tim UB Press. 978-603-432-941-9
- Deshinta Vibriyanti, D. (2019). *Lansia Sejahtera Tanggung Jawab Siapa?* (Pertama). Yayasan Pustaka Obor Indonesia. https://www.google.co.id/books/edition/Lansia_Sejahtera_Tanggung_Jawab_Siapa/sSNOEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=peran+keluarga+dalam+pemberian+nutrisi+lansia&pg=PR13&printsec=frontcover
- Dompas, F. 1998 dalam R. (2021). *Peran Keluarga Terhadap Pemberian ASI Eksklusif* (Pertama). Deepublish (Grup Penerbit CV Budi Utama).
- Dompas, P. & G. 2009 dalam R. (2021). *Peran Keluarga Dalam Pemberian ASI Eksklusif* (Pertama). Deepublish (Grup Penerbit CV Budi Utama).
- Istianto, A., & Kartiningrum, E. D. (2012). Peran Keluarga Dalam Asupan Nutrisi Lansia Di Desa Kebonagung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto. *Hospital Majapahit*, 4(Vol 4 No 1 (2012): Hospital Majapahit). <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/view/48/52>
- Jayantika, I. P. A. A. P. dan I. G. A. N. T. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS* (Pertama). Deepublish (Grup Penerbit

CV Budi Utama).

- Johanna, Christy., Lamtiur, J. B. (2020). Status Gizi lansia. Deepulish Publisher.
- Maryam, R. S. (2011). Mengenal usia lanjut dan perawatannya. Salemba Medika.
- M. Askari Azkariah, Vivi Afriani, K. M. A. (2020). METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF, KUANTITATIF, ACTION RESEARCH. Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah.
- Nuri Nazari, Rusli Yusuf, T. T. (2016). Dukungan Dan Karakteristik Keluarga Dengan Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4. <https://jurnal.usk.ac.id/JIK/article/view/6392>
- Raditya Kurniawan Djoar, A. P. M. A. (2021). *Geriatik 2* (P. Asadini (ed.)). Syiah Kuala University Press.
- Setyaningsih, W. (2023). *Buku Ajar Gerontik S1 Keperawatan*. Mahakarya Citra Utama.
- Tamba, Irnawati., Gultom, A. (2014). Susunan Variasi Makanan Kaitannya dengan Tingkat Selera Makan Lansia di Panti Werdah Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan. In *Jurnal Saintika*. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/lemlit/article/viewFile/12285/10609>
- Tarwoto & Wartonah, 2006 dalam M, K. F. S. (2022). Pengantar Keperawatan Gerontik. In D. W. Mulyasari (Ed.), *Nutrisi Pada Lansia*. CV Pradina Pustaka Grup.
- Toto, Sudargo., D. (2021). *Asuhan Gizi Pada Lansia*. Gajah Mada University Prees.
- Wiwin Hendriani, D. (2022). *Dinamika Perkembangan Usia Lanjut: Menjadi Lansia yang Sehat Dan Bahagia* (H. Nur (ed.)). CV Bintang Semesta Media.