

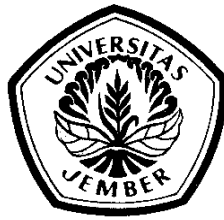


**TINGKAT KONSUMSI, TINGKAT AKTIVITAS FISIK, DAN STATUS GIZI  
PADA LANSIA ANGGOTA DAN BUKAN ANGGOTA KARANG WERDA  
(Studi di Kelurahan Sumpersari dan Kebonsari Kecamatan Sumpersari Kabupaten  
Jember)**

**SKRIPSI**

Oleh  
**Miftakhul Jannah**  
**NIM 102110101086**

**BAGIAN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS JEMBER  
2015**



**TINGKAT KONSUMSI, TINGKAT AKTIVITAS FISIK, DAN STATUS GIZI  
PADA LANSIA ANGGOTA DAN BUKAN ANGGOTA KARANG WERDA  
(Studi di Kelurahan Sumbersari dan Kebonsari Kecamatan Sumbersari Kabupaten  
Jember)**

**SKRIPSI**

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat  
untuk menyelesaikan Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat  
dan mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh  
**Miftakhul Jannah**  
**NIM 102110101086**

**BAGIAN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS JEMBER  
2015**

## **PERSEMBAHAN**

Dengan ridho Allah skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Bapak Nur Asnuri dan Ibu Rofi'ah tercinta. Semoga Allah selalu memberikan kebahagiaan untuk Bapak dan Ibu.
2. Adik-adikku Kholifatul Karimah, M. Rokhis dan Khurin Adinda Syifa, yang selalu memberikan semangat dan semoga bisa membahagiakan kedua orang tua kita.
3. Teman-temanku yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Guru-guruku yang terhormat dari TK sampai Perguruan Tinggi, terima kasih atas segenap ilmu yang telah diberikan.
5. Almamaterku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

## MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapatkan pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapatkan siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa) :” Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagai mana Engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkau-lah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum kafir. (*Terjemahan Surat Al-Baqoroh: 286*)<sup>\*)</sup>

Maka hendaklah manusia memperhatikan makanannya (*Terjemahan Surat ‘Abasa (80):24*)<sup>\*\*)</sup>

---

\*) Departemen Agama RI. 2004. *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: CV Penerbit J-Art.

\*\*) Tirtawinata, T. 2006. *Makanan Dalam Perspektif Al-Qur’an dan Ilmu Gizi*. Jakarta: FKUI

## **PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftakhul Jannah

NIM : 102110101086

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Tingkat Konsumsi, Tingkat Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda” adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya, belum pernah diajukan pada instansi manapun dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan dan tekanan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, Februari 2015

Yang menyatakan

Miftakhul Jannah

NIM. 102110101086

**HALAMAN PEMBIMBINGAN**

**SKRIPSI**

**TINGKAT KONSUMSI, TINGKAT AKTIVITAS FISIK, DAN STATUS GIZI  
PADA LANSIA ANGGOTA DAN BUKAN ANGGOTA KARANG WERDA  
(Studi di Kelurahan Sumpersari dan Kebonsari Kecamatan Sumpersari Kabupaten  
Jember)**

Oleh

Miftakhul Jannah  
NIM 102110101086

Pembimbing

Dosen Pembimbing I : Ninna Rohmawati, S.Gz, M.PH  
Dosen Pembimbing II : Sulistiyani, S.KM, M.Kes

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Konsumsi, Tingkat Aktivitas Fisik, dan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda (Studi di Kelurahan Sumbersari dan Kebonsari Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember)” telah diuji dan disahkan oleh Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember pada:

hari, tanggal : Kamis, 12 Februari 2015

tempat : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember

Tim Penguji

Ketua,

Sekretaris,

Erdi Istiaji, S.Psi., M. Psi., Psikolog  
NIP. 19760613 200812 1 002

Sulistiyani, S.KM., M.Kes  
NIP. 19760615 200212 2 002

Anggota I,

Anggota II,

Ninna Rohmawati, S.Gz., M.PH  
NIP. 19840605 200812 2 001

Drs. Imam Soebagio., M.BA  
NIP. 13023905900

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Jember

Drs. Husni Abdul Gani, M.S  
NIP. 19560810 198303 1 003

*Consumption Level, Level of Physical Activity, and Nutritional Status of elderly in Member of Karang Werda and non Member of Karang Werda*

**Miftakhul Jannah**

*Public Health Nutrition Department, Public Health Faculty, Jember University*

**ABSTRACT**

*Karang Werda Program is the organization of Elderly in East Java province which contributed a lot in the health sector for the elderly, where its action motion that is seeking a healthy lifestyle with exercise / think / guess , training / skills , cooperative , arts , recreation , and religious. The purpose of this study was to identify the difference of consumption level, level of physical activity, and nutritional status of elderly in member of Karang Werda and non member of Karang Werda. A cross sectional study was conducted on elderly people aged 60-80 years in Kebonsari village and Summersari village. A total of 94 elderly (47 members and 47 non members). Analytical techniques used in this research was Mann Whitney and Chi-Square with  $\alpha = 0.05$  level. The study showed that there are difference between levels of energy, levels of protein, and level of physical activity of elderly in member of Karang Werda and non member of Karang Werda. Analyse result of correlational between characteristic and the variables showed there is a correlation between age with the energy consumption level; there is a correlation between gender and education with the protein consumption level; there is a correlation between age and education with the fat consumption level; there is a correlation between living arrangement with the carbohydrate consumption level; there is a correlation between income with level of physical activity of elderly in member of Karang Werda. There is a correlation between age with the fat consumption level; there is a correlation between living arrangement with the carbohydrate consumption level; and there is a correlation between income with the level of physical activity of elderly non member of Karang Werda. There is a correlation between consumption level (energy, protein, fat and carbohydrate) with nutritional status.*

*Key words : Karang werda, consumption level, nutritional status, level of physical activity.*



## RINGKASAN

**Tingkat Konsumsi, Tingkat Aktivitas Fisik, dan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda (Studi di Kelurahan Summersari dan Kebonsari Kecamatan Summersari Kabupaten Jember);** Miftakhul Jannah; 102110101086; 184 halaman; Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

Salah satu dampak dari perbaikan kualitas kesehatan dan kondisi sosial masyarakat adalah semakin meningkatnya usia harapan hidup (UHH). Peningkatan usia harapan hidup merupakan suatu *trend* kenaikan dari besarnya populasi dari tahun ke tahun yang sudah pasti akan diikuti secara signifikan atas segala permasalahan kesehatan bagi usia lanjut yang semakin kompleks, baik karena pola penyakit infeksi kearah penyakit degeneratif. Masalah lain yang sering terjadi pada lansia adalah masalah gizi kurang dan gizi lebih.

Pada lansia telah terjadi kemunduran fisik pada organ tubuhnya. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan agar tetap sehat di usia lanjut yaitu dengan memperhatikan faktor gizi dan aktivitas fisik. Para lansia juga membutuhkan banyak informasi agar mereka tetap sehat dan berguna. Karang Werda adalah organisasi para Lanjut Usia di Provinsi Jawa Timur yang banyak memberikan kontribusi dalam pembinaan kesehatan bagi usia lanjut. Dimana gerak kiprahnya yaitu mengusahakan pola hidup sehat dengan olah raga/ pikir/ rasa, melakukan pelatihan/ keterampilan, koperasi, kesenian, rekreasi, serta keagamaan. Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui tingkat konsumsi, tingkat aktivitas fisik, dan status gizi pada lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda di Kelurahan Summersari dan Kelurahan Kebonsari, Kecamatan Summersari, Kabupaten Jember.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian analitik observasional. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara tentang karakteristik, tingkat konsumsi, dan tingkat aktivitas fisik serta pengukuran untuk menilai status gizi lansia. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 94 responden yang terdiri dari 47 lansia anggota Karang Werda dan 47 lansia bukan anggota Karang

Werda. Perbedaan tingkat konsumsi, tingkat aktivitas fisik, dan status gizi diketahui melalui analisis *Chi-Square* dan *Mann-Whitney* dengan  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat konsumsi energi antara lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda, terdapat perbedaan tingkat konsumsi protein antara lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda, terdapat perbedaan tingkat aktivitas fisik antara lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda.

Analisis hubungan antara karakteristik responden dengan tingkat konsumsi, tingkat aktivitas fisik, dan status gizi menunjukkan terdapat hubungan antara umur, dengan tingkat konsumsi energi; terdapat hubungan antara jenis kelamin dan pendidikan dengan tingkat konsumsi protein; terdapat hubungan antara umur dan pendidikan dengan tingkat konsumsi lemak; terdapat hubungan antara status tinggal dengan tingkat konsumsi karbohidrat; dan terdapat hubungan pendapatan dengan tingkat aktivitas fisik pada lansia anggota Karang Werda. Terdapat hubungan antara umur dengan tingkat konsumsi lemak, terdapat hubungan antara status tinggal dengan tingkat konsumsi karbohidrat; dan terdapat hubungan antara pendapatan dengan tingkat aktivitas fisik pada lansia bukan anggota Karang Werda. Terdapat hubungan antara tingkat konsumsi makro (energi, protein lemak dan karbohidrat) dengan status gizi lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda. Berdasarkan hasil tersebut perlu adanya promosi kesehatan bagi lansia sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan lansia serta perlu adanya peningkatan kegiatan yang lebih baik, supaya lansia terhindar dari kebosanan misalnya setiap pagi diadakan jalan sehat bersama dan memotivasi keluarga supaya secara bersama-sama memperhatikan kesehatan lansia.

## PRAKATA

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga dengan segala keyakinan, niat dan kesempatan, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Konsumsi, Tingkat Aktivitas Fisik, dan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda (Studi di Kelurahan Sumbersari dan Kebonsari Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember)”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ninna Rohmawati, S.Gz., M.PH selaku Dosen Pembimbing I, Ibu Sulistiyani, S.KM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, motivasi, pemikiran dan perhatian serta meluangkan waktunya sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.

Penyusunan skripsi ini juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Husni Abdul Gani, MS. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat;
2. Bapak Erdi Istiaji, S.Psi., M. Psi., Psikolog, selaku Ketua Penguji. Terima kasih atas semua saran serta pengetahuan yang telah diberikan kepada penulis, semua ini sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini;
3. Bapak Drs. Imam Soebagio., M.BA, selaku anggota penguji II, terima kasih atas segala saran, masukan dan pengetahuan yang diberikan;
4. Ibu Leersia Yusi R. S.KM, M.Kes, selaku dosen bagian Gizi Kesehatan Masyarakat serta segenap dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember;
5. Ketua Karang Werda Kecamatan Sumbersari, Ketua posyandu Kelurahan Sumbersari dan bapak ibu lansia, Terimakasih yang tak terhingga atas bantuan yang telah diberikan selama proses penelitian;
6. Orang tuaku, Bapak Nur Asnuri dan Ibu Rofi'ah yang telah membesarkan, mendidik dan mendo'akan saya dengan sabar dan ikhlas serta yang telah mencurahkan kasih sayang baik secara moril maupun materiil serta

pengorbanannya selama ini. Terima kasih banyak atas segenap do'a, kasih sayang serta pengorbanannya kepadaku. Semoga saya bisa membahagiakan ibu dan bapak sampai akhir hayat, amin;

7. Adik-adikku Kholifatul Karimah, M. Rokhis dan Khurin Adinda Syifa, yang selalu memberikan semangat dan semoga kita bisa membahagiakan kedua orang tua;
8. Terima kasih teman-temanku, Ida, Rose, Fela, Windy, Mak Ike, Fifi, Ajip, Yuk Pit, MbK Lia, Febi, Ayu, Sita, dek Devi, MbK Anggi dan Redi yang membantu saat penelitian berlangsung sangat berarti bantuan kalian;
9. Untuk mas-masku yang selalu memotivasi (Mas Andi, Mas Uya dan Mas Sigit), terutama saat pengerjaan skripsi ini, makasih ya ilmu kesabarannya;
10. Sahabat-sahabat gizi ku terima kasih atas kebersamaan kalian selama ini yang sulit untuk dilupakan, semoga kita semua sukses dunia akhirat, amin;
11. Teman-teman satu angkatan 2010 yang tidak bisa disebutkan satu per satu, 4 tahun bersama kalian sangat menyenangkan dan memberikanku banyak kenangan; dan
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Akhir kata, penulis senantiasa mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca. Amin.

Jember, Februari 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PEMBIMBINGAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>RINGKASAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xx</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN DAN ARTI LAMBANG</b> .....	<b>xxi</b>
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b>	
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....	<b>4</b>
<b>1.3 Tujuan</b> .....	<b>5</b>
1.3.1 Tujuan Umum .....	<b>5</b>
1.3.2 Tujuan Khusus .....	<b>5</b>
<b>1.4 Manfaat</b> .....	<b>5</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	<b>6</b>
1.3.2 Manfaat Praktis .....	<b>6</b>
<b>BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA</b>	

<b>2.1 Lansia</b> .....	7
2.1.1 Definisi Lanjut Usia.....	7
2.1.2 Perubahan-perubahan pada Lansia .....	8
2.1.3 Pemberian dukungan sosial untuk lansia .....	12
2.1.4 Gangguan psikologis dan MMSE .....	13
<b>2.2 Status Gizi pada Lansia</b> .....	14
2.2.1 Masalah gizi pada lansia .....	15
2.2.2 Pengukuran status gizi pada lansia .....	16
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada lansia .....	18
<b>2.3 Tingkat konsumsi</b> .....	22
2.3.1 Energi .....	22
2.3.2 Lemak .....	23
2.3.3 Protein .....	24
2.3.4 Karbohidrat .....	25
2.3.5 Perhitungan tingkat konsumsi.....	25
<b>2.4 Aktivitas fisik</b> .....	27
<b>2.5 Karang Werda</b> .....	28
<b>2.6 Kerangka Teori</b> .....	30
<b>2.7 Kerangka Konseptual</b> .....	31
<b>2.8 Hipotesis Penelitian</b> .....	32
<b>BAB 3. METODE PENELITIAN</b>	
<b>3.1 Jenis Penelitian</b> .....	33
<b>3.2 Tempat dan Waktu Penelitian</b> .....	33
3.2.1 Tempat Penelitian .....	33
3.2.2 Waktu Penelitian .....	33
<b>3.3 Populasi dan Sampel Penelitian</b> .....	34
3.3.1 Populasi Penelitian .....	34
3.3.2 Sampel Penelitian .....	34
<b>3.4 Variabel dan Definisi Operasional Penelitian</b> .....	37

3.4.1 Variabel Penelitian .....	37
3.4.2 Definisi Operasional .....	37
<b>3.5 Data dan Sumber Data .....</b>	<b>39</b>
<b>3.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....</b>	<b>39</b>
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data .....	39
3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	40
<b>3.7 Teknik Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data .....</b>	<b>42</b>
3.7.1 Teknik Pengolahan Data .....	42
3.7.2 Teknik Penyajian Data .....	42
3.7.3 Analisis Data .....	42
<b>3.8 Alur Penelitian .....</b>	<b>45</b>
<b>BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
<b>4.1 Hasil Penelitian.....</b>	<b>46</b>
4.1.1 Karakteristik Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda .....	46
4.1.2 Tingkat Konsumsi Lansia .....	48
4.1.3 Tingkat Aktivitas Fisik.....	50
4.1.4 Status Gizi Lansia .....	51
4.1.5 Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Lansia Anggota Karang Werda .....	51
4.1.6 Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Lansia Bukan Anggota Karang Werda.....	66
4.1.7 Hubungan Antara Tingkat Konsumsi dengan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda .....	81
<b>4.2 Pembahasan.....</b>	<b>83</b>
4.2.1 Karakteristik Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda .....	83

4.2.2 Tingkat Konsumsi Lansia .....	88
4.2.3 Tingkat Aktivitas Fisik.....	94
4.2.4 Status Gizi .....	95
4.2.5 Hubungan karakteristik lansia dengan tingkat konsumsi pada lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda .....	97
4.2.6 Hubungan karakteristik lansia dengan tingkat aktivitas fisik pada lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda.....	100
4.2.7 Hubungan karakteristik lansia dengan status gizi lansia pada lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda .....	101
4.2.8 Hubungan antara tingkat konsumsi dengan status gizi pada lansia anggota dan bukan anggota Karang Werda .....	105
<b>BAB 5. PENUTUP</b>	
<b>5.1 Kesimpulan.....</b>	<b>109</b>
<b>5.2 Saran .....</b>	<b>111</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>113</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>121</b>



## DAFTAR TABEL

	Halaman
2.1	Beberapa hasil pengukuran reabilitas pada MMSE ..... 14
2.2	Tabel Pengelompokkan Aktivitas Fisik ..... 28
3.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data..... 37
4.1	Distribusi Karakteristik Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda..... 46
4.2	Distribusi Tingkat Konsumsi Energi Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda ..... 48
4.3	Distribusi Tingkat Konsumsi Protein Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda ..... 49
4.4	Distribusi Tingkat Konsumsi Lemak Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda ..... 49
4.5	Distribusi Tingkat Konsumsi Karbohidrat Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda ..... 50
4.6	Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda ..... 50
4.7	Distribusi Status Gizi Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda..... 51
4.8	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Energi pada Lansia Anggota Karang Werda ..... 52
4.9	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Protein pada Lansia Anggota Karang Werda..... 56
4.10	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Lemak pada Lansia Anggota Karang Werda ..... 57
4.11	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Karbohidrat pada Lansia Anggota Karang Werda..... 61
4.12	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Aktivitas

	Fisik pada Lansia Anggota Karang Werda.....	62
4.13	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Status Gizi pada Lansia Anggota Karang Werda .....	64
4.14	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Energi pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda .....	68
4.15	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Protein pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda .....	69
4.16	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Lemak pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda.....	73
4.17	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Konsumsi Karbohidrat pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda.....	74
4.18	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Tingkat Aktivitas Fisik pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda.....	78
4.19	Distribusi Hubungan Karakteristik Lansia dengan Status Gizi pada Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda .....	79
4.20	Distribusi Hubungan Tingkat Konsumsi dengan Status Gizi pada Lansia Anggota dan Bukan Anggota Karang Werda .....	81

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Pengukuran Tinggi Lutut .....	16
2.2 pengukuran Panjang Depa .....	18
2.3 Kerangka Teori .....	29
2.4 Kerangka Konsep Penelitian.....	30
3.1 Alur Penelitian .....	44

## DAFTAR BAGAN

3.1	Alur Pengambilan Sampel Lansia Anggota Karang Werda .....	36
3.2	Alur Pengambilan Sampel Lansia yang Bukan Anggota Karang Werda.....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A Kuesioner MMSE .....	121
B Lembar Persetujuan.....	122
C Kuesioner Penelitian .....	123
D Surat Ijin Penelitian .....	127
E Dokumentasi Penelitian.....	130
F Lampiran Hasil Uji Statistik.....	132

## DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

### Daftar Arti Lambang

$n$	= Besar sampel dalam penelitian
$Z_{1-\alpha/2}$	= statistik Z, tingkat kepercayaan 95% dengan uji 2 arah
$Z_{1-\beta}$	= tingkat kekuatan uji ( <i>power of test</i> )
$p_1$	= proporsi status gizi normal pada lansia Anggota Karang Werda
$p_2$	= proporsi status gizi normal bukan pada lansia yang bukan anggota Karang Werda
$\bar{p}$	= proporsi, hasil dari $(p_1+p_2)/2$
$n_h$	= Besarnya sampel untuk sub populasi
$N_h$	= Total masing-masing sub populasi
$N$	= Total populasi secara keseluruhan

### Daftar Singkatan

AICR	= <i>American Institute For Cancer Research</i>
AKG	= Angka Kecukupan Gizi
BBA	= Berat Badan Aktual
BMA	= <i>Body Mass Armspan</i>
BMR	= <i>Basal Metabolik Rate</i>
dkk	= dan kawan kawan
IMT	= Indeks Massa Tubuh
LDL	= <i>Low Density Lipoprotein</i>
MMSE	= <i>Mini Mental State Examination</i>
PD	= Panjang Depa
PSTW	= Panti Sosial Tresna Werda
RI	= Republik Indonesia

SD	= Sekolah Dasar
SMA	= Sekolah Menengah Atas
SMK	= Sekolah Menengah Kejuruan
SMP	= Sekolah Menengah Pertama
SPSS	= <i>Statistic Package for the Sosial Science</i>
TB	= Tinggi Badan
TKPI	= Tabel Konsumsi Pangan Indonesia
UMK	= Upah Minimum Kabupaten dan Kota
UPT	= Unit Pelayanan Terpadu
URT	= Ukuran Rumah Tangga
WHO	= <i>World Health Organization</i>