



**STATUS GIZI DALAM HUBUNGANNYA DENGAN KEMAMPUAN
MELAKUKAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA LANJUT USIA
DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PELAYANAN SOSIAL
LANJUT USIA KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Oleh

**Midian Pujo Trikristanto
NIM 052310101058**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2009**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ayahanda Misdjan dan Ibunda Siti Fatimah tercinta, yang telah mendoakan, mendidik, dan memberi kasih sayang yang tulus serta pengorbanan yang tidak terhingga selama ini, aku bahagia telah menjadi putramu;
2. Kakakku Susie Basuki dan Tyas Suharno, terimakasih atas doa dan semangatnya yang telah diberikan kepadaku selama ini;
3. keponakan-keponakanku yang lucu Dewi Ayu, Dimas, dan Novia yang memberikan hiburan, dan bisa membuat aku tertawa dan bahagia;
4. seluruh keluarga besarku yang telah mendoakan serta mendukung segala langkahku;
5. teman-teman dan sahabatku sejak kecil hingga saat ini, terima kasih telah menjadi warna yang indah dalam hidupku, khusus untuk teman-teman angkatan 2005 PSIK Universitas Jember, terimakasih atas semua dukungan dan motivasinya;
6. bapak ibu guruku yang tercinta di SDN Kencong VIII, SLTPN 1 Kencong, SMUN 2 Jember, seluruh dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember dan pihak-pihak lain yang telah berkenan membagi rangkaian ilmu berharga serta pelajaran tentang arti sebuah perjuangan hidup, jasa-jasamu tidak akan kulupakan;
7. Almamater Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember, terima kasih telah mengantarku menuju masa depan.

MOTTO

**Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku,
maka (jawablah), bahwasannya Aku adalah dekat. Aku
mengabulkan permohonan orang yang berdoa
apabila dia memohon kepada-Ku.
(QS Al-Baqarah [2]: 186)**

**Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.
(QS. Alam Nasyrah : 6)**

**Tanamkan dalam setiap detik satu pujian, setiap menit satu
gagasan, dan setiap jam satu pekerjaan.
(Dr. Aidh Al-Karni)**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

nama : Midian Pujo Trikristanto

NIM : 052310101058

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul "*Status Gizi dalam Hubungannya dengan Kemampuan Melakukan Activity Daily Living (ADL) pada Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember*" adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun serta 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 sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 6 Juni 2009

Yang menyatakan,

Midian Pujo Trikristanto

NIM 052310101058

SKRIPSI

**STATUS GIZI DALAM HUBUNGANNYA DENGAN KEMAMPUAN
MELAKUKAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA LANJUT USIA
DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PELAYANAN SOSIAL
LANJUT USIA KABUPATEN JEMBER**

oleh:

Midian Pujo Trikristanto

NIM. 052310101058

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Murtaqib, S.Kp

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Siswoyo, S. Kep

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “*Status Gizi dalam Hubungannya dengan Kemampuan Melakukan Activity Daily Living pada Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember*” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

hari : Kamis
tanggal : 18 Juni 2009
tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan

Tim Penguji
Ketua,

Ns. Roymond H. Simamora, M. Kep
NIP. 132 310 675

Anggota I,

Murtaqib, S.Kp
NIP. 132 296 908

Anggota II,

Ns. Siswoyo, S.Kep
NIP. 132 317 477

Mengesahkan
Ketua Program Studi,

dr. Nugraha Wahyu Cahyana, Sp. M
NIP. 132 232 441

RINGKASAN

Status Gizi dalam Hubungannya dengan Kemampuan Melakukan *Activity Daily Living* pada Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember; Midian Pujo Trikristanto, 052310101058; 2009: 114 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Jember.

Terdapat beberapa macam klasifikasi lanjut usia, diantaranya adalah menurut Undang-Undang nomor 13/th/1998 pasal 1 ayat 2, yang dimaksud lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Sedangkan menurut WHO, lanjut usia adalah seseorang yang berusia antara 60 sampai 74 tahun. Lansia secara alamiah mengalami penurunan dan kemunduran fisik, tetapi tidak menutup kemungkinan kepada lansia untuk melakukan aktivitas dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari secara mandiri, tetapi di lain pihak kemunduran fisik juga dapat menyebabkan lansia merasa tidak berguna dan berdaya. Perubahan kondisi fisiologis berupa penurunan fungsi organ pada lansia seharusnya mendapatkan perhatian dari seluruh kalangan. Salah satu bentuk kepedulian terhadap lansia adalah dengan memperhatikan status gizinya. Status gizi dan kemampuan melakukan aktivitas (*Activity Daily Living*) pada lansia kemungkinan terdapat hubungan. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil pengamatan di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember yang menunjukkan bahwa terdapat lansia yang mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitasnya dan lansia tersebut mempunyai status gizi yang buruk. Adanya fakta tersebut, penulis ingin mengetahui lebih jauh tentang gambaran status gizi dan kemampuan melakukan aktivitas (*Activity Daily Living*) pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember kemudian mencari hubungan antara keduanya.

Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara status gizi dengan *Activity Daily Living* (ADL) lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember. Desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia yaitu 118 orang.

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 55 orang. Teknik pengumpulan datanya menggunakan pengukuran IMT untuk mengukur status gizi dan indeks *Katzs* untuk mengukur tingkat ADL.

Perhitungan uji statistik dengan Korelasi *Spearman* didapatkan nilai $p = 0,001$ ($p < \alpha$) yang berarti H_0 ditolak. Selain itu didapatkan nilai koefisien korelasinya yaitu 0,447, dan arah korelasi yang positif. Kesimpulan uji statistik adalah terdapat hubungan antara status gizi dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember, dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi yang positif karena semakin baik status gizi maka semakin baik juga kemampuan lansia untuk melakukan aktivitasnya (ADL).

Kata kunci: Lanjut usia, Status gizi, *Activity Daily Living* (ADL)

PRAKATA

Assalamu'alaikum wr, wb,

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "*Status Gizi dalam Hubungannya dengan Kemampuan Melakukan Activity Daily Living pada Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember*". Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata satu (S1) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. dr. H. Nugraha W. Cahyana, Sp.M, selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
2. Murtaqib S. Kp, selaku Dosen Pembimbing Utama dan Ns. Siswoyo, S.Kep selaku Dosen Pembimbing Anggota yang telah membimbing selama proses pengerjaan dan telah memberikan masukan, saran demi kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Roymond H. Simamora, M. Kep, selaku Dosen Penguji dan juga Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing, selama saya menjadi mahasiswa di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
4. seluruh dosen, staf, dan karyawan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
5. Kepala Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kabupaten Jember beserta para staf, Lembaga Penelitian Universitas Jember, dan Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur, yang telah membantu dalam hal perijinan penelitian;
6. Ayahanda Misdjan dan Ibunda Siti Fatimah yang telah memberikan dukungan dan doa demi terselesaikannya skripsi ini;

7. ibu kostku "Bu Yana" beserta anak kost Danau Toba I/05, yang telah menemani hari-hari luangku dan memberi nuansa *comfort*, sehingga aku betah tinggal di kosan selama ini;
8. teman-temanku, Yumee, Licha dan anak kontrakannya, Rama, Fahim, 5 sekawan seperjuangan (Erma, Lucky, Chrismala, Andik, Dhika) dan seluruh teman-teman mahasiswa angkatan 2005 PSIK Universitas Jember, atas segala kebersamaan dari awal perkuliahan hingga saat ini dan juga terimakasih atas semua dukungan dan bantuannya selama ini;
9. adik-adikku di PSIK Universitas Jember dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis juga menerima segala kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, amin.

Wassalamu'alaikum wr, wb,

Jember, 06 Juni 2009

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN PEMBIMBINGAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
RINGKASAN	viii
PRAKATA	x
DATAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat	7
1.4.1 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan	7
1.4.2 Manfaat Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan	7
1.4.3 Manfaat Bagi Keperawatan.....	7
1.4.4 Bagi UPT Lansia.....	8
1.4.5 Manfaat Bagi Masyarakat	8
1.4.6 Manfaat Bagi Peneliti	8
1.5 Keaslian Penelitian.....	8

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Lanjut Usia.....	11
2.1.1 Pengertian Lanjut Usia	11
2.1.2 Batasan Lanjut Usia	11
2.2 Proses Menua.....	13
2.2.1 Teori-Teori Proses Menua	14
a. Teori Biologi	14
b. Teori Sosiologi.....	16
c. Teori Psikologi.....	17
2.2.2 Perubahan yang Terjadi pada Lanjut.....	17
a. Perubahan Fisik.....	17
b. Perubahan Mental.....	24
2.3 Konsep Dasar Gizi	24
2.3.1 Fungsi Zat Gizi.....	26
2.3.2 Masalah Gizi Pada Lanjut Usia	27
2.3.3 Faktor yang Terkait dengan Kebutuhan Gizi	28
2.3.4 Pedoman Umum Gizi Seimbang pada Lansia.....	31
2.3.5 Penilaian Status Gizi pada Lansia.....	34
2.4 Activity Daily Living (ADL) pada Lansia	37
2.4.1 Faktor yang Mempengaruhi ADL	40
2.4.2 Penilaian ADL.....	43
2.5 Penerapan Keperawatan pada Lansia.....	44
2.5.1 Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik.....	44
2.5.2 Model Keperawatan.....	45
2.5.2 Pendekatan Keperawatan.....	48
BAB 3. KERANGKA KONSEP	51
3.1 Kerangka Konsep	51
3.2 Hipotesis Penelitian	52
BAB 4. METODE PENELITIAN	53
4.1 Jenis Penelitian	53

4.2 Populasi Dan Sampel	53
4.2.1 Populasi Penelitian	53
4.2.2 Sampel Penelitian	54
4.2.3 Kriteria Sampel Penelitian	54
4.2.4 Teknik Sampling Penelitian	55
4.3 Lokasi Penelitian	55
4.4 Waktu Penelitian	55
4.5 Definisi operasional	56
4.6 Pengumpulan Data	57
4.6.1 Sumber Data	57
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data	57
4.6.3 Alat Pengumpulan data	58
4.7 Alur Penelitian	58
4.8 Pengolahan Data dan Analisis Data	59
4.7.1 <i>Editing</i>	59
4.7.2 <i>Coding</i>	59
4.7.3 <i>Processing</i>	60
4.7.4 <i>Cleaning</i>	60
4.7.5 Analisis Data	60
4.9 Etika Penelitian.....	61
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	63
5.1 Hasil Penelitian	63
5.1.1 Data Umum	63
5.1.2 Data Khusus	65
5.2 Pembahasan Penelitian	74
5.2.1 Variabel Status Gizi.....	74
5.2.2 Variabel ADL.....	79
5.2.3 Hubungan antara Status Gizi dengan ADL.....	82
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN	89
6.1 Kesimpulan.....	89
6.2 Saran.....	90

DAFTAR PUSTAKA 92
LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 94

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
3.1 Kerangka Konsep Penelitian.	51
4.1 Alur Penelitian	58

DAFTAR TABEL

	Halaman
2.1 Contoh Menu untuk Lansia	33
2.2 Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia	34
4.1 Definisi Operasional.....	56
4.2 Teknik Pengambilan Data	57
4.3 Nilai dan Kekuatan Korelasi.....	60
5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009.....	64
5.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Status Gizi Berdasarkan Usia Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009	65
5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Status Gizi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009	66
5.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009	67
5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Status Gizi Berdasarkan Jenis Penyakit Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009	68
5.6 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Status Gizi di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009 ...	68
5.7 Distribusi Frekuensi Tingkat ADL Berdasarkan Usia Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009.....	69
5.8 Distribusi Frekuensi ADL Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009.....	70

5.9	Distribusi Frekuensi ADL Berdasarkan Jenis Penyakit Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember periode Mei-Juni 2009	71
5.10	Distribusi Frekuensi Responden Menurut ADL di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember Periode Mei-Juni 2009	72
5.11	Hubungan Status Gizi dengan <i>Activity Daily Living</i> (ADL) Responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember bulan Mei-Juni 2009	72
5.12	Hasil Uji Statistik Korelasi <i>Spearman</i> . Hubungan antara status gizi dengan ADL responden di UPT Pelayanan Sosial Lansia Kabupaten Jember bulan Mei-Juni 2009.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Lembar <i>Informed</i>	94
Lampiran B. Lembar <i>Consent</i>	95
Lampiran C. Lembar Survei Penyediaan Nutrisi di UPT Lansia.....	96
Lampiran D. Panduan Pengisian Lembar Observasi.....	97
Lampiran E. Hasil Observasi ke-1.....	105
Lampiran F. Hasil Observasi ke-2.....	107
Lampiran G. Hasil Uji Statistik.....	109
Lampiran H. Surat Perijinan Penelitian dari Lembaga penelitian UNEJ...	111
Lampiran I. Surat Perijinan Penelitian dari Dinas Sosial Propinsi.....	112
Lampiran K. Lembar Pembimbingan Skripsi.....	113