

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indikator Keberhasilan pembangunan adalah cita-cita suatu bangsa yang terlihat dari peningkatan taraf hidup dan Umur Harapan Hidup (UHH). Peningkatan angka UHH 68,6 pada tahun 2004, menjadi 69,8 tahun 2010, dan menjadi 70,8 tahun pada 2015, dan selanjutnya diproyeksikan terus bertambah, sudah dipastikan akan mengakibatkan peningkatan jumlah penduduk lanjut usia secara signifikan di masa yang akan datang (Kemenkes RI, 2013). Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia, yang mencapai 18,1 juta jiwa atau 7,6 persen dari total penduduk. Badan Pusat Statistik (2013) memproyeksikan, jumlah penduduk lanjut usia (> 60 tahun) di Indonesia diperkirakan akan meningkat menjadi 27,1 juta jiwa pada tahun 2020, menjadi 33,7 juta jiwa pada tahun 2025 dan 48,2 juta jiwa tahun 2035. Menurut hasil SP 2010, jumlah lansia di Bali mencapai lebih dari 530.000 orang atau 13,74% dari total penduduk Bali (BPS, 2010)

Lansia banyak menghadapi permasalahan kesehatan khususnya masalah gizi. Berdasarkan penelitian Rahmianti dkk diketahui masalah gizi pada lansia sebagai berikut: gizi kurang sebanyak 31% dan gizi lebih sebanyak 1,8%, kemudian sebanyak 22,6% lansia mengalami *underweight* dan 15,6% *overweight*. Gambaran ini diperjales dengan hasil Riset Kesehatan Dasar daerah Bali

diketahui masalah gizi kurang pada laki-laki sebanyak 49,3% sedangkan pada perempuan sebanyak 60,5% , gizi lebih pada laki-laki sebanyak 51,2% sedangkan pada perempuan 48,9 % dan obesitas pada laki-laki sebanyak 46,9% sedangkan pada perempuan sebanyak 62,6%. Permasalahan gizi sudah dipastikan akan berdampak pada menurunnya daya tahan tubuh dan meningkatkan prevalensi penyakit menular dan tidak menular disamping penyakit degeneratif (Muljati,dkk 2014). Pada beberapa penelitian tentang lansia, pada umumnya permasalahan yang ada lebih mengarah kepada gizi lebih atau kegemukan, yang menjadi faktor resiko memicu timbulnya penyakit degeneratif (Maryam, 2008). Kejadian penyakit terbanyak pada lanjut usia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi (57,6%), artritis (51,9%), Stroke (46,1%), masalah gigi dan mulut (19,1%), penyakit paru obstruktif menahun (8,6%) dan diabetes mellitus (4,8%) (Kemenkes RI, 2013).

Berlandaskan konsep dari Call&Levinson dan L.Blum pada dasarnya dapat status gizi dapat disebabkan oleh dua faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung berupa penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung adalah aktivitas fisik. Status gizi dan kejadian penyakit sangat ditentukan oleh kondisi lanjut usia. Status gizi dan status penyakit yang baik akan membawa seseorang kepada umur panjang yang sehat dan produktif (Arisman, 2009). Guna mempertahankan kebugaran ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk usia lanjut adalah faktor utama, selain faktor-faktor lainnya yaitu faktor gizi dan aktivitas fisik. Aktivitas fisik adalah pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi

pemeliharaan kesehatan fisik dan mental, serta mempertahankan kualitas hidup. Dengan melakukan aktivitas fisik, maka lansia dapat mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatannya. Namun, karena keterbatasan fisik yang dimiliki sebagai akibat penambahan usia serta perubahan fungsi fisiologis, maka lansia memerlukan beberapa penyesuaian dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari (Fatmah, 2010). Berdasarkan data yang dikutip dari penelitian Trihandini yang dilakukan melalui studi panel kelompok lanjut usia tahun 1993-2000 pada tahun 2000 bahwa lansia yang tidak dapat melakukan aktivitas fisik dasar pada tahun 1993 sebanyak 94 (5,8%), tahun 1997 mengalami peningkatan menjadi 126 (7,7%) responden dan meningkat sebanyak 171 (10,5%) responden pada tahun 2000.

Proses menua merupakan suatu proses normal yang ditandai dengan perubahan secara progresif dalam proses biokimia, sehingga terjadi kelainan atau perubahan struktur dan fungsi jaringan sel dan non sel Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menggolongkan lanjut usia dalam 4(empat) kategori : Usia pertengahan (*middle age*) 45 -59 tahun, Lanjut usia (*elderly*) 60 -74 tahun, lanjut usia tua (*old*) 75 – 90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) diatas 90 tahun (Fatmah, 2010). Berbagai perubahan fisik dan psikologi akan terjadi sebagai akibat proses menua. Penurunan fungsi fisiologi merupakan hal yang terjadi secara alami meliputi perubahan pada panca indera, sistem pencernaan, sistem endokrin, sistem pernapasan, sistem pencernaan, sistem kardiovaskuler, sistem imun dan sistem ekskresi (Fatmah, 2010).

Berdasarkan pencatatan dan wawancara tercatat jumlah lansia pada tahun 2017 yaitu 1268 orang, dengan jumlah lansia laki-laki sebanyak 594 orang dan jumlah lansia perempuan sebanyak 674 orang. Kegiatan senam di Desa Sibanggede rutin dilaksanakan satu minggu sekali di masing-masing banjar.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah penelitian berdasarkan uraian pada latar belakang adalah “ Bagaimana gambaran kejadian penyakit dan status gizi berdasarkan aktivitas senam pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Untuk mengetahui gambaran kejadian penyakit dan status gizi berdasarkan aktivitas senam pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengklasifikasikan kejadian penyakit pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung .
- b. Mengklasifikasikan status gizi pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.
- c. Mengidentifikasi aktivitas senam pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.

- d. Menggambarkan keterkaitan antara gambaran kejadian penyakit berdasarkan aktivitas senam pada lansia Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.
- e. Menggambarkan keterkaitan antara gambaran status gizi berdasarkan aktivitas senam pada lansia Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.
- f. Menggambarkan keterkaitan antara gambaran status gizi berdasarkan kejadian penyakit pada lansia di Desa Sibanggede Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran status gizi lansia, sehingga membantu masyarakat dalam upaya menjaga kesehatan khususnya status gizi lansia agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah wawasan lansia serta keluarga, dan manfaat bagi penulis agar dapat menerapkan teori yang sudah diperoleh, menambah pengetahuan dan pengalaman serta wawasan penulis.