

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA PRA LANSIA DAN
LANSIA DI NAGARI SUMANIAK KABUPATEN TANAH DATAR**



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

HAEGHA SATYA NEGARA
NIM: 1910311050

Dosen Pembimbing

dr. Firdawati, M. Kes, Ph.D
dr. Noverika Windasari, Sp.FM

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2023

ABSTRACT

DESCRIPTION OF DIET AND NUTRITIONAL STATUS IN PRE ELDERLY AND ELDERLY IN NAGARI SUMANIAK TANAH DATAR REGENCY

By

Haegha Satya Negara, Firdawati, Noverika Windasari, Roza Mulyana, Rahmani Welan, Siti Nurhajjah

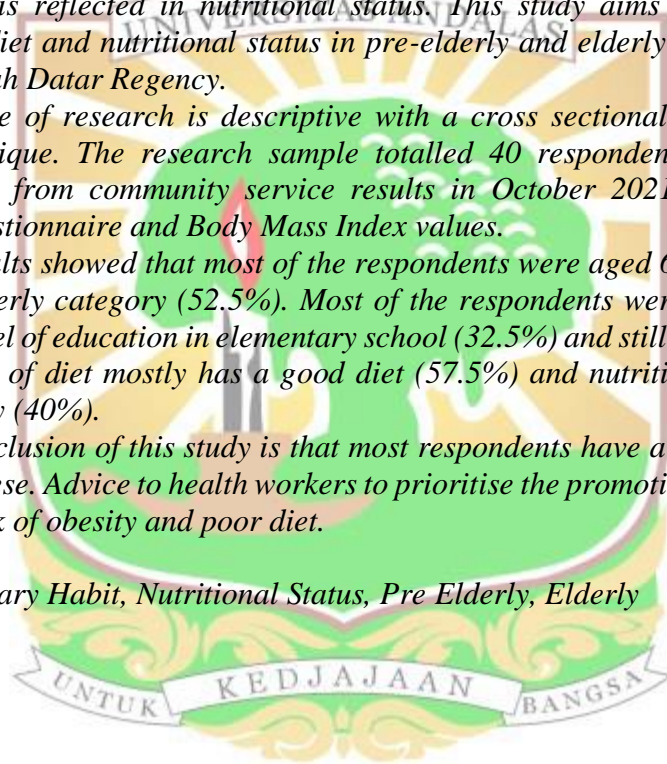
The elderly are generally sixty years old and above, experiencing the aging process which results in a decrease in physical function and has an impact on quality of life which can be seen from diet. A healthy diet is important for the health of the elderly, which is reflected in nutritional status. This study aims to determine the description of diet and nutritional status in pre-elderly and elderly people in Nagari Sumaniak, Tanah Datar Regency.

This type of research is descriptive with a cross sectional design and total sampling technique. The research sample totalled 40 respondents obtained from secondary data from community service results in October 2021 using the Food Frequency Questionnaire and Body Mass Index values.

The results showed that most of the respondents were aged 60-74 years which fell into the elderly category (52.5%). Most of the respondents were female (72.5%) with the last level of education in elementary school (32.5%) and still working (87.5%). The description of diet mostly has a good diet (57.5%) and nutritional status in the obesity category (40%).

The conclusion of this study is that most respondents have a good diet but are classified as obese. Advice to health workers to prioritise the promotion and prevention of groups at risk of obesity and poor diet.

Keywords: Dietary Habit, Nutritional Status, Pre Elderly, Elderly



ABSTRAK

GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA PRA LANSIA DAN LANSIA DI NAGARI SUMANIAK KABUPATEN TANAH DATAR

Oleh

Haegha Satya Negara, Firdawati, Noverika Windasari, Roza Mulyana, Rahmani Welan, Siti Nurhajjah

Lansia umumnya berusia enam puluh tahun ke atas, mengalami proses penuaan yang mengakibatkan penurunan fungsi fisik dan berdampak pada kualitas hidup yang dapat dilihat dari pola makan. Pola makan yang sehat penting bagi kesehatan lansia, yang tercermin dalam status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan dan status gizi pada pra lansia dan lansia di Nagari Sumaniak Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain *cross sectional* dan teknik *total sampling*. Sampel penelitian berjumlah 40 responden yang didapatkan dari data sekunder hasil pengabdian masyarakat pada bulan Oktober 2021 dengan menggunakan *Food Frequency Questionnaire* dan nilai Indeks Massa Tubuh.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia 60-74 tahun yang termasuk dalam kategori usia lanjut atau *elderly* (52,5%). Sebagian besar responden berjenis perempuan (72,5%) dengan tingkat pendidikan terakhir sekolah dasar (32,5%) dan masih bekerja (87,5%) Gambaran pola makan sebagian besar memiliki pola makan yang baik (57,5%) dan status gizi dikategori obesitas (40%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar responden memiliki pola makan yang baik namun tergolong dalam kategori obesitas. Saran kepada tenaga kesehatan untuk memprioritaskan promosi dan pencegahan kelompok berisiko obesitas dan pola makan yang tidak baik.

Kata Kunci: Pola Makan, Status Gizi, Pra Lansia, Lansia