

Artikel Penelitian

Status Nutrisi Lansia di Panti Lansia. Suatu Studi Deskriptif

Nutritional Status of Elderly Individuals in a Nursing Home: A Descriptive Analysis)

Rensa Rensa^{1*}, Ignatius Danny Pattirajawane², Bryani Titi Santi³

¹ Departemen Ilmu Penyakit Dalam-FKIK Unika Atma Jaya

²Rumah Sakit Atma Jaya

³Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat-FKIK Unika Atma Jaya

*Email korespondensi: Rensa@atmajaya.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Indonesia mengalami pergeseran demografis di mana menurut proyeksi Badan Pusat Statistik proporsi lansia akan menjadi 12,7% dari seluruh penduduk Indonesia pada tahun 2025. Panti lansia merupakan salah satu sektor jasa dalam industri kesehatan perawatan lansia. Penelitian ini dimotivasi untuk memotret keadaan lansia yang berada dalam perawatan institusi panti lansia. Fokus aspek yang ingin dilihat dalam penelitian ini adalah status nutrisi.

Metode: Desain penelitian ini adalah deskriptif potong lintang. Sampel diambil dari seluruh Lansia sebanyak 70 orang yang berada dalam satu Panti Lansia swasta yang berada di Penjagalan, Jakarta Utara. Instrumen yang digunakan *Mini Nutritional Assessment* (MNA-SF). Dalam penelitian ini juga dilakukan pemeriksaan gula darah sewaktu dan tekanan darah.

Hasil: Ditemukan 57,14% lansia berada dalam risiko malnutrisi (skor MNA-SF 8 – 11) dan 12,86% lansia berada dalam keadaan malnutrisi (Skor MNA-SF 0 – 7). Sebesar 38,57% lansia bertekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan 27,14% tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Juga ditemukan 12,86% lansia kadar gula darah sewaktu lebih besar dari 140 mg/dL, di mana terdapat 3 lansia (4,29%) gula darah sewaktu > 200 mg/dL.

Kesimpulan: Cukup tinggi lansia di panti yang berada dalam keadaan risiko malnutrisi maupun malnutrisi sehingga hal ini membutuhkan perhatian agar pengelola panti lansia memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam pemberian nutrisi bagi lansia yang memadai

Kata kunci: MNA-SF, Nutrisi, Geriatri

Abstract

Introduction:

Indonesia is undergoing a demographic shift, with projections from the Central Bureau of Statistics indicating that the proportion of elderly individuals will reach 12.7% of the total population by 2025. Nursing homes represent one of the service sectors within the elderly healthcare industry. This study aims to provide a snapshot

Akademik Editor :

Diterima: 08 Juni 2025

Disetujui: 11 Juli 2025

Publikasi : 31 Juli 2025

Sitasi : I. D. P. Pattirajawane, R. Rensa, and B. Titi Santi, "Status Nutrisi Lansia di Panti Lansia. Suatu Studi Deskriptif", *J. Sains. Kes*, vol. 6, no. 2, pp. 29–33, Jul. 2025, doi: 10.30872/jsk.v6i2.748.

Copyright : © tahun, Jurnal Sains dan Kesehatan (J. Sains.Kes.). Published by Faculty of Pharmacy, University of Mulawarman, Samarinda, Indonesia. This is an Open Access article under the CC-BY-NC License



of the condition of elderly individuals residing in institutionalized care, with a particular focus on their nutritional status.

Methods:

This research employed a cross-sectional descriptive design. The sample consisted of 70 elderly residents from a private nursing home located in Penjagalan, North Jakarta. The primary instrument used was the Mini Nutritional Assessment – Short Form (MNA-SF). Additional assessments included random blood glucose and blood pressure measurements.

Results:

The findings revealed that 57.14% of the elderly participants were at risk of malnutrition (MNA-SF score 8–11), and 12.86% were malnourished (MNA-SF score 0–7). A total of 38.57% had systolic blood pressure >140 mmHg, and 27.14% had diastolic blood pressure >90 mmHg. Furthermore, 12.86% of the elderly had random blood glucose levels exceeding 140 mg/dL, including 3 individuals (4.29%) with levels >200 mg/dL.

Conclusion:

A considerable proportion of elderly residents in the nursing home were either at risk of malnutrition or already malnourished. These findings highlight the need for enhanced awareness and training among nursing home staff regarding adequate nutritional care for the elderly population.

Keywords: Nutritional Assessment – Short Form (MNA-SF), Nutrition, Geriatrics

1. Pendahuluan

Data Susenas 2022 memperlihatkan bahwa proporsi lansia penduduk Indonesia adalah sebesar 10,48%[1]. Indonesia mengalami pergeseran demografis di mana proyeksi proporsi lansia akan mencapai 19,7% atau 19,8% dari seluruh penduduk Indonesia pada tahun 2045[2].

Menurut data Susesnas tahun 2022 sebesar 7,25% lansia tinggal sendiri dan 20,85% tinggal bersama pasangan. Pada lansia yang tidak tinggal di rumah sendiri atau anggota keluarganya, 5,06% tinggal di rumah bebas sewa dan 1,76% lansia tinggal di rumah sewa atau kontrak[1]. Bagi lansia yang tidak tinggal bersama keluarganya, panti lansia merupakan salah satu sektor jasa yang memberikan perawatan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk memotret keadaan lansia yang berada dalam perawatan institusi panti lansia. Fokus aspek yang ingin dilihat dalam penelitian ini adalah status nutrisi karena status nutrisi dapat dipandang sebagai hasil perawatan jangka panjang dan kaitannya terhadap fungsi-fungsi yang lain seperti kognitif, emosi, mobilitas, dan kerapuhan, serta risiko jatuh. Malnutrisi merupakan salah satu aspek yang menjadi sorotan WHO dalam pelayanan lansia terpadu[3], [4]. Dalam penelitian ini juga dilakukan pemeriksaan glukosa darah sewaktu (GDS) dan tekanan darah.

Di samping itu penelitian ini juga bertujuan untuk memperoleh rekomendasi-rekomendasi yang dibutuhkan sebagai umpan balik atas temuan penelitian bagi pihak-pihak pemangku kepentingan.

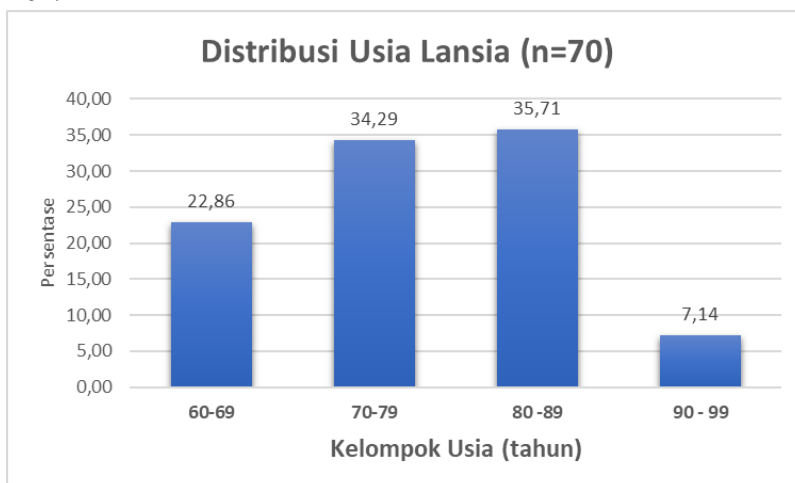
2. Metode Penelitian

Desain penelitian ini adalah deskriptif potong lintang.

Sampel adalah data retrospektif diambil dari seluruh Lansia (*total sampling*) sebanyak 70 orang yang berada dalam satu Panti Lansia swasta yang berlokasi di Kelurahan Pejagalan, Kecamatan Penjaringan Jakarta Utara. Namun dari 70 orang tersebut hanya 58 lansia yang bersedia diperiksa. Pengambilan sampel dilakukan pada kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh RS Atma Jaya, Klinik Atma Jaya, FKIK Unika Atma Jaya dan Ikatan Alumni FK Atma Jaya Pelataran pada tanggal 29 Oktober 2022. Instrumen yang digunakan dalam menilai status nutrisi dalam penelitian ini adalah *Mini Nutritional Assessment Short Form* (MNA-SF).

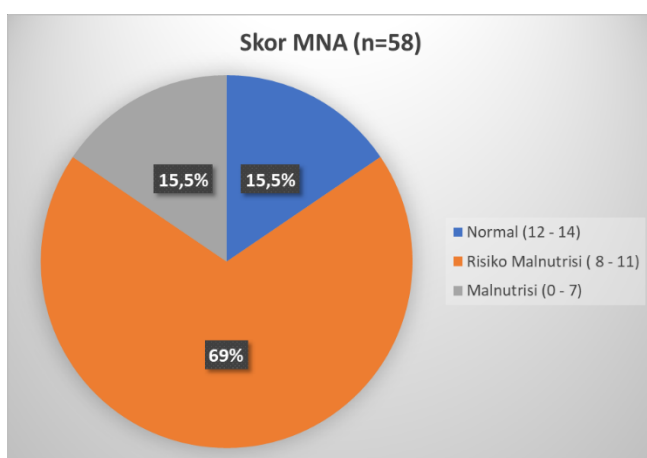
3. Hasil dan Pembahasan

Kelompok usia lansia terbanyak yang berada di panti yang diteliti adalah 80 – 89 tahun dan 71,4% lansia adalah Perempuan. Sehubungan dengan status nutrisi lansia ditemukan 68,9% lansia berada dalam risiko malnutrisi dan 15,5% lansia berada dalam keadaan malnutrisi berdasarkan perhitungan skor MNA-SF.



Gambar 1. Distribusi lansia berdasarkan usia

Ditemukan 46,6% lansia bertekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan 32,8% lansia dengan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Juga ditemukan sebesar 15,5% lansia dengan kadar gula darah sewaktu lebih besar dari 140 mg/dL, dan terdapat 3 lansia (5,2%) dengan GDS > 200 mg/dL.



Gambar 2. Sebaran proporsi status nutrisi lansia berdasarkan skor MNA-SF

Tabel 1. Jumlah dan proporsi lansia dengan peningkatan tekanan darah dan gula darah

Parameter	Frekuensi	Persentase (n=58)
Tekanan darah sistolik ($140 \geq$ mmHg)	27	46,55
Tekanan darah diastolik ($90 \geq$ mmHg)	19	32,75
Gula darah sewaktu ≥ 140 mg/dL	9	15,52
Gula darah sewaktu ≥ 200 mg/dL	3	5,17

4. Diskusi

Prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter menurut Riskesdas 2018 adalah sebesar 63,2% pada usia 65 – 74 tahun dan 69,5% pada usia 75 tahun atau lebih. Temuan hipertensi pada lansia di panti cenderung lebih rendah daripada prevalensi nasional. Prevalensi diabetes mellitus berdasarkan

diagnosis dokter menurut Riskesdas 2018 adalah sebesar 6,0% pada usia 65 – 74 tahun dan 3,3% pada usia 75 tahun atau lebih, sehingga temuan kadar GDS lansia di panti dapat dinilai cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan angka prevalensi diabetes nasional. Temuan penelitian memperlihatkan tingginya masalah malnutrisi pada lansia yang dirawat di panti. Masalah ini sejalan dengan perhatian umum akan malnutrisi dan dehidrasi yang diakui sudah meluas di kalangan lansia[5], [6]. Malnutrisi pada lansia di panti dapat disebabkan tidak terpenuhinya asupan nutrisi seperti protein dan energi serta kurang memperhatikan penerimaan, kepuasan, dan sisa makanan[7]. Panduan Praktik Klinis Gizi dan Hidrasi pada Dewasa dan Lanjut Usia untuk Spesialis Kedokteran Keluarga Layanan Primer yang sebagian acuannya berasal dari *ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics (2019)* telah memuat beberapa rekomendasi pemberian nutrisi untuk lansia yang relevan untuk pengelola institusi perawatan lansia[8]. Rekomendasi pemberian nutrisi kepada lansia yang tinggal di institusi perawatan lansia berdasarkan PPK Gizi dan hidrasi pada dewasa dan lanjut usia untuk sp. KKLP (2022) disebutkan pada tabel 2[8].

Tabel 2. Jumlah dan proporsi lansia dengan peningkatan tekanan darah dan gula darah

Beberapa rekomendasi terpilih terkait pemberian nutrisi kepada lansia yang tinggal di institusi perawatan lansia
Pada lansia yang tinggal di Lembaga seperti rumah jompo dan tempat lainnya, perlu diregulasi dan dibuat standar prosedur operasional pelayanan gizi dan hidrasi serta tanggung jawab para petugas dan pelaku rawat (caregiver) di Lembaga tersebut.
Pada lansia dengan malnutrisi atau berisiko malnutrisi dan yang bergantung pada institusi dan di rumah, perlu diberikan asisten saat makan untuk memastikan kecukupan asupan gizi.
Pada lansia dengan malnutrisi atau berisiko malnutrisi dalam lembaga perlu diciptakan lingkungan yang menyenangkan seperti di rumah untuk menjamin kecukupan asupan gizi dan memelihara kualitas hidup.
Orang tua dengan malnutrisi atau berisiko malnutrisi harus didorong untuk berbagi waktu makan mereka dengan orang lain untuk merangsang asupan makanan dan meningkatkan kualitas hidup. Lanjut usia dengan malnutrisi atau berisiko malnutrisi dan/ atau pengasuh mereka harus ditawarkan konseling gizi sesuai keadaan individu untuk mendukung asupan makanan yang memadai dan meningkatkan atau mempertahankan status gizi.
Semua lansia harus dianggap berada dalam risiko dehidrasi rendah-asupan dan perlu didorong untuk mengkonsumsi minum (cairan) yang adekuat

5. Kesimpulan

Dari hasil penelitian cukup tinggi lansia di panti lansia yang berada dalam keadaan risiko malnutrisi (69%) maupun malnutrisi (15,5%) sehingga hal ini membutuhkan perhatian agar pengelola panti lansia memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam pemberian nutrisi bagi lansia yang memadai. Mengingat MNA-SF adalah instrumen penapisan status gizi yang merupakan bagian dari instrumen yang lebih Panjang yakni MNA-FF (*full form*), maka untuk lansia dengan risiko malnutrisi dan malnutrisi dari perhitungan skor MNA-SF, perlu dilakukan kajian lebih lanjut dengan MNA-FF. Keadaan risiko malnutrisi dan malnutrisi dapat memicu pengurangan massa otot (sarkopenia) dan pada akhirnya meningkatkan risiko jatuh pada lansia. Penelitian ini juga merekomendasikan dilakukannya kajian geriatri yang lebih menyeluruh melingkupi aspek-aspek kognitif, fungsional, emosi dan kerapuhan pada lansia. Kajian semacam itu dikenal dengan istilah Pengkajian Paripurna Pasien Geriatri (P3G) atau *Comprehensive Geriatrics Assessment* [9], [10].

6. Deklarasi/Pernyataan

6.1 Konflik Kepentingan

Tidak ditemukan konflik kepentingan dalam penelitian ini.

7. Daftar Pustaka

- [1] “Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022.” [Online]. Available: www.freepik.com
- [2] Badan Pusat Statistik Indonesia, “Proyeksi Penduduk Indonesia 2015-2045 Hasil SUPAS 2015,” 978-602-438-189-9.
- [3] WHO, “Integrated care for older people: guidelines on community-level interventions to manage declines in intrinsic capacity.”
- [4] WHO, “Integrated care for older people (ICOPE): Guidance for person-centred assessment and pathways in primary care ,” 2019.
- [5] D. Volkert *et al.*, “ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics,” *Clinical Nutrition*, vol. 38, no. 1, pp. 10–47, Feb. 2019, doi: 10.1016/j.clnu.2018.05.024.
- [6] D. Volkert *et al.*, “ESPEN practical guideline: Clinical nutrition and hydration in geriatrics,” *Clinical Nutrition*, vol. 41, no. 4, pp. 958–989, Apr. 2022, doi: 10.1016/j.clnu.2022.01.024.
- [7] Farapti Farapti, Martina Puspa Wangi, and Sri Adiningsih, “Penilaian Menu Harian dari Penghuni Panti Werdha dalam Rangka Memperbaiki Asupan dan Status Gizi Lansia,” *Amerta Nutrition*, vol. 7, no. 2, pp. 262–266, Jun. 2023.
- [8] Perhimpunan Dokter Keluarga Indonesia, *Panduan Praktik Klinis Gizi dan Hidrasi pada Dewasa dan Lanjut Usia untuk Spesialis Kedokteran Keluarga Layanan Primer*. 2022.
- [9] Alberto Pilotto and Finbarr C. Martin, *Comprehensive Geriatric Assessment (Practical Issues in Geriatrics)*. 2018.
- [10] S. Setiati *et al.*, “Geriatric Medicine, Sarkopenia, Frailty dan Kualitas Hidup Pasien Usia Lanjut: Tantangan Masa Depan Pendidikan, Penelitian dan Pelayanan Kedokteran di Indonesia* Geriatric Medicine, Sarcopenia, Frailty and Geriatric Quality of Life: Future Challenge in Education, Research and Medical Service in Indonesia,” 2013.