

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 13 tahun 1998, dibuat ketetapan bahwa “Lanjut Usia” adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia berjumlah 18,57 juta jiwa, meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 yaitu sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 jiwa per tahun. Dengan demikian, pada tahun 2025 jumlah penduduk lansia di Indonesia akan sekitar 34,22 juta jiwa. Provinsi Kalimantan Tengah jumlah lansia pada tahun 2013 diperkirakan mencapai 110.295 jiwa, jumlah ini mengalami peningkatan dari tahun 2012 yang berjumlah 108.181 (Badan Pusat Statistik, 2012).

Lansia apabila ditinjau secara fisiologis maka akan didapati banyak perubahan dari kekuatan serta ketahanan otot rangka tubuh sehingga postur tubuh berubah. Selain itu, penurunan dari fungsi-fungsi organ pada lansia juga terjadi sehingga lansia mudah mengalami masalah kesehatan (Kane *et al.*, 2005). Masalah kesehatan yang dialami oleh lansia bermacam-macam, salah satunya adalah anemia. Prevalensi anemia pada lansia di Indonesia berdasarkan DepKes RI 2003 yaitu sebesar 50% (Meilianingsih, 2005). Secara umum prevalensi anemia pada pria lanjut usia adalah 6-30% , sedangkan pada wanita lanjut usia adalah 10-22%.

Akan tetapi, prevalensi tersebut meningkat secara signifikan pada usia di atas 75 tahun (Bit-Shawish *et al.*, 2002). Anemia merupakan kelainan hematologi yang paling sering dijumpai pada lansia (Bakta, 2006)). Anemia dapat terjadi karena berbagai macam faktor, diantaranya disebabkan penurunan fungsi organ sehingga proses penyerapan dari zat besi terganggu, selain itu kondisi dimana sebagian besar lansia memiliki kesulitan dalam pemenuhan kebutuhan bahan makanan menyebabkan asupan protein, vitamin (terutama vitamin C) dan mineral seperti zat besi rendah. Penyakit yang diderita lansia juga memberikan pengaruh terhadap kandungan zat besi dalam tubuh, penyakit kronis seperti gastritis akan menurunkan penyerapan dari zat besi (Adelman *et al.*, 2001).

Status gizi pada lansia merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan terkait dengan kejadian anemia pada lansia, sebab status gizi yang kurang atau buruk (*malnutrition*) akan mempengaruhi penyerapan zat gizi, hal ini ditunjukkan dengan rendahnya serum albumin pada orang dengan *malnutrition* (Kane *et al.*, 2004). Albumin yang kurang menunjukkan kekurangan protein secara kronis yang dapat menyebabkan pembentukan hemoglobin terganggu sehingga berpeluang untuk mengalami anemia. Faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia pada lansia adalah perubahan fisiologis dari daya serap saluran cerna terhadap zat gizi dan asupan bahan makanan yang dikonsumsi seperti sumber bahan makanan tinggi Fe (zat besi) yang cukup banyak terdapat pada lauk hewani sebagai sumber Fe (heme) dan lauk nabati (non heme) serta buah dan sayur yang mengandung Vitamin B12, asam folat dan juga vitamin C yang membantu penyerapan zat besi dalam tubuh (Arisman, 2005).

Anemia pada lansia yang berusia di atas 85 tahun juga diasosiasikan dengan meningkatnya risiko mortalitas (kematian). Risiko-risiko tersebut bahkan meningkat dua kali lipat jika dibandingkan dengan lansia yang memiliki kadar hemoglobin normal (Prasetyo, 2005). Meningkatnya mortalitas akan memberikan pengaruh terhadap angka harapan hidup. Hal ini juga ditunjukkan dengan hasil data yang dikumpulkan *United Nations Development Programme* (UNDP) pada tahun 2011 dimana Indonesia menduduki peringkat ke 124 dari 187 negara untuk angka harapan hidup dengan usia harapan hidup (UHH) yaitu 64,9 tahun. Provinsi Kalimantan Tengah sendiri pada tahun 2010 menduduki peringkat 9 dari 33 provinsi dengan UHH yaitu 72 tahun, angka ini masih berada di bawah Provinsi Kalimantan Timur, DI Yogyakarta, DKI Jakarta dan beberapa provinsi lain. Untuk Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur sendiri berada di posisi ke 4 dari 14 kabupaten di Provinsi Kalimantan Tengah dengan UHH rata-rata yaitu 69,62 tahun, angka ini masih kurang memuaskan karena belum mencapai UHH yang ditargetkan pemerintah (MDGs - *Millennium Development Goals* 2010) yaitu 71,2 tahun (Katalog BPS, 2012).

Melihat jumlah penduduk usia lanjut Indonesia, dalam hal ini Provinsi Kalimantan Tengah, yang mengalami peningkatan setiap tahunnya dan UHH yang belum mencapai target MDGs, serta meningkatnya kejadian anemia direntang usia tersebut, maka diperlukan kajian mendalam terkait kondisi permasalahan tersebut. Selain itu, belum adanya data terkait dengan kejadian anemia, status gizi dan asupan bahan makanan pada lansia di Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur, maka diperlukan suatu studi untuk melihat hubungan antara status gizi dan asupan bahan

makanan dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara status gizi dan asupan bahan makanan dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dan asupan bahan makanan dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui apakah ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.
- 2) Mengetahui apakah ada hubungan antara asupan bahan makanan sumber fe dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.
- 3) Mengetahui apakah ada hubungan antara asupan bahan makanan pendukung penyerapan fe (vitamin C) dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.
- 4) Mengetahui apakah ada hubungan antara asupan bahan makanan penghambat penyerapan Fe (frekuensi konsumsi kopi dan teh) dengan kejadian anemia pada lansia di posyandu lansia Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Posyandu lansia

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk membantu meningkatkan kualitas kesehatan lansia di Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur. Selain itu untuk menambah pengetahuan dan wawasan serta bahan evaluasi yang dapat dijadikan pedoman bagi pihak posyandu lansia Sampit, Kalimantan Tengah khususnya ahli gizi untuk memperbaiki atau meningkatkan status gizi dan kondisi kesehatan lansia. sehingga dapat membantu lansia menjadi lebih sehat dan pada akhirnya mendukung peningkatan kesehatan khususnya di Kota Sampit, Kabupaten Kotawaringin Timur dan di Indonesia pada umumnya.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan manfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan baik bagi mahasiswa maupun pengajar tentang gambaran kejadian anemia pada lansia yang ditinjau dari aspek status gizi dan asupan makanan, serta menjadi sumber literatur untuk materi - materi pendidikan yang berkaitan.

1.4.3 Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan mengenai hubungan kejadian anemia pada lansia dan menerapkan ilmu yang diperoleh selama pendidikan untuk diterapkan di kehidupan nyata dan masyarakat umum.

1.4.4 Bagi Lansia (lansia)

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang pengaruh dari kejadian anemia, status

gizi dan asupan bahan makanan sumber Fe terhadap kesehatan lansia .
Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat membantu lansia terutama lansia dengan anemia untuk lebih memperhatikan kesehatan serta memilih pola makan dan makanan yang baik untuk kesehatan mereka.

