

**GAMBARAN ASUPAN GIZI DAN STATUS GIZI
LANJIA \geq 60 TAHUN DI POSYANDU MITRA SEJAHTERA
DESA BANJARAN (KOTA KEDIRI, JAWA TIMUR)**

ABSTRAK

Masalah kesehatan terjadi apabila tidak memperhatikan pola kebiasaan makan yang benar. Khususnya kelompok lanjut usia (≥ 60 tahun), asupan gizi yang salah akan berdampak buruk pada status gizinya. Pemantauan status gizi diperlukan untuk mengetahui perkembangan kesehatan dimana pada posyandu lansia harus dilakukan pemantauan status gizi terhadap lansia. Suatu daerah dikatakan berstruktur tua apabila jumlah lansia $> 7\%$. Jumlah lansia di Desa Banjaran, Kota Kediri Jawa Timur sebanyak 1063 orang (16,9%), hal ini dapat dikatakan bahwa Desa Banjaran Kota Kediri Jawa Timur termasuk kategori berstruktur tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan gizi dan status gizi lansia di Posyandu Mitra Sejahtera Desa Banjaran, Kota Kediri Jawa Timur. Penelitian yang dilakukan bersifat kuantitatif deskriptif. Teknik penelitian menggunakan rancangan non-eksperimental dengan pendekatan *cross sectional*. Metode pengambilan data menggunakan teknik total sampling dengan 26 responden usia ≥ 60 tahun dan data dikumpulkan melalui pengisian *form recall*. Hasil penelitian asupan gizi berdasarkan jumlah makan, terbanyak pada kategori defisit berat yakni kelompok energi 22 orang (84,6%), kategori protein 18 orang (62,9%), kategori lemak 17 orang (65,4%) dan kategori karbohidrat 23 orang (88,4%). Frekuensi makan, terbanyak pada kategori kurang yaitu 24 orang (92,3%). Status gizi paling banyak yakni dengan kategori status gizi baik sebanyak 13 orang (50%). Penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan informasi bagi lansia beserta keluarga untuk lebih memperhatikan asupan gizi yang sehat guna meningkatkan kesehatan lansia.

Kata kunci : Lansia, Asupan Gizi, Status gizi

THE DESCRIPTION OF NUTRITION INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS ON ELDERLY \geq 60 YEARS IN POSYANDU MITRA SEJAHTERA BANJARAN VILLAGE (KOTA KEDIRI, EAST JAVA)

ABSTRACT

Health's problems occur when not paying attention to the correct eating habits. Especially elderly group (\geq 60 years), the wrong nutrition intake will adversely affect nutritional status. Monitoring the nutritional status is needed to know the health development which in elderly posyandu should be done monitoring the nutritional status to elderly. An area is said to be an old structure if the elderly people are more than 7%. The number of elderly in Banjaran Village, Kediri city of East Java is 1063 people (16,9%), it can be said that Banjaran Kota Kediri East Java belongs to old structured category. This study aims to determine the description of nutritional intake and nutritional status of elderly in Posyandu Mitra Sejahtera Banjaran Village, Kediri East Java. The research is a quantitative descriptive research. The research technique used non-experimental design with cross sectional approach. Methods of data collection using total sampling technique with 26 respondents aged \geq 60 years and the datas are collected through filling recall form. The result of nutritional intakes are based on the amount of food, mostly in the category of heavy deficit, they are in energy group 22 people (84,6%), protein category 18 people (62,9%), fat category 17 people (65,4%) and carbohydrate category 23 people (88,4%). Frequency of eating, mostly in the category of less that is 24 people (92,3%). Nutritional status at most with the category of good nutrition status as many as 13 people (50%). This research is expected to be input and information for the elderly and families to pay more attention to the intake of healthy nutrition to improve the health of the elderly.

Keywords: Elderly, Nutrition Intake, Nutritional Status