

STATUS GIZI LANSIA PANTI WERDHA HANA DAN SASANA TRESNA WERDHA RIA PEMBANGUNAN DENGAN MNA DAN IMT

Claudia Dwie Riskyana¹, Meilani Kumala²

¹Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

²Bagian Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

Korespondensi email : meilanik@fk.untar.ac.id

Abstrak

Menurut World Health Organization (WHO), proporsi populasi dunia di atas 60 tahun akan meningkat hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22% antara tahun 2015 dan 2050. Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia meningkat diperkirakan 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035. Penelitian yang dilakukan di India pada 170 lanjut usia menunjukkan 34,2% prevalensi malnutrisi dan 47,6% berisiko malnutrisi. Seiring meningkatnya populasi lanjut usia (lansia) dunia, prevalensi malnutrisi akan meningkat menjadi 29,1% pada tahun 2080. Penilaian status gizi pada lansia merupakan kegiatan yang perlu dilakukan untuk menghindari penyakit yang dapat terjadi. Berbagai cara dapat dilakukan untuk menilai status gizi lansia. Pada penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menilai status gizi lansia *Mini Nutritional Assessment* (MNA) dan Indeks Massa Tubuh (IMT). Responden merupakan lansia dari panti werdha hana dan sasana tresna werdha Ria Pembangunan yang bersedia. Sampel diambil dengan teknik *non probability sampling* dan dianalisis menggunakan deskriptif. Hasil analisis didapatkan status gizi normal berdasarkan MNA 55 responden (59,1%) dan berdasarkan IMT 35 responden (37,6%). Dilakukan analisis berdasarkan usia menunjukkan status gizi normal mayoritas pada lanjut usia (60-74 tahun). **Kesimpulan** Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar lansia mempunyai status gizi dalam batas normal berdasarkan MNA dan IMT.

Kata kunci : lansia, lanjut usia, status gizi, *Mini Nutritional Assessment* (MNA), Indeks Massa Tubuh (IMT)

Abstract

According to World Health Organization (WHO), the proportion of the world's population over 60 years will almost double from 12% to 22% between 2015 and 2050. The number of elderly people in Indonesia is expected to increase to 40 million people (13.8%) in 2035. Research conducted in India on 170 elderly showed a 34.2% prevalence of malnutrition and a 47.6% risk of malnutrition. As the world's elderly population increases, the prevalence of malnutrition will increase to 29.1% in 2080. Nutritional assessment for elderly nutritional status is important, in order to avoid upcoming disease. There's many way to assess nutritional status for elderly. This research is a descriptive study that assesses the nutritional status of the elderly in nursing homes with Mini Nutritional Assessment (MNA) and Body Mass Index (BMI). Respondents are elderly people from the Hana Werdha Home and the Tresna Werdha Ria Development Center who are willing. Samples were taken using non-probability sampling technique and analyzed using descriptive. The results of the analysis obtained normal nutritional status based on MNA of 55 respondents (59.1%) and based on BMI of 35 respondents (37.6%). An analysis based on age showed that the normal nutritional status of the majority was in the elderly (60-74 years). The conclusion of this study was that the nutritional status of many elderly people was within normal limits based on MNA and BMI.

Keywords : elderly, nutritional status, MNA, BMI, nutritional assessment

Pendahuluan

Status gizi merupakan indikator untuk menilai apakah tubuh memenuhi kebutuhan asupan gizi sesuai dengan yang dibutuhkan. Diketuinya status gizi dapat menjadi upaya pencegahan penyakit dan upaya meningkatkan kesehatan tubuh.¹ Pada lansia status gizi dapat dinilai dengan metode antropometri, laboratorium, aspek klinis, riwayat klinis dan instrumen yang mencakup 4 metode tersebut.^{1,2} Masalah yang sering terjadi pada lansia yaitu gizi kurang, gizi lebih-dan obesitas. Menurut WHO, proporsi populasi dunia di atas 60 tahun akan meningkat hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22% antara tahun 2015 dan 2050. Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia meningkat diperkirakan menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035. Prevalensi malnutrisi pada lansia akan menjadi 29,1% pada tahun 2080.³ Lansia secara khusus rentan terhadap malnutrisi karena banyak masalah kesehatan yang dihadapi. Perubahan seperti meningkatnya massa lemak, menurunnya massa otot, penurunan indra penciuman akan memengaruhi status gizi lansia.⁴ Asupan nutrisi, aspek klinis riwayat penyakit penyerta yang

diderita, aspek psikologis, aspek sosioekonomi akan memengaruhi status gizi lansia. Instrumen MNA merupakan instrumen yang banyak digunakan dalam menilai status gizi lansia dan tidak hanya terfokus pada aspek status gizi.^{5,6} Secara umum, penilaian status gizi dengan menggunakan IMT lebih banyak dilakukan dibandingkan dengan MNA. Pengukuran IMT pada lansia tidak dapat dijadikan satu - satunya pengukuran untuk menilai status gizi karena lansia mengalami kenaikan massa lemak.⁷ Penelitian mengenai status gizi lansia yang tinggal di Panti Werdha di Indonesia belum banyak dilakukan. Oleh karena itu, peneliti ingin menilai status gizi lansia di panti werdha dengan menggunakan IMT dan MNA.

Metode

Penelitian deskriptif dilakukan untuk menilai status gizi lansia di panti werdha hana dan sasana tresna werdha ria pembangunan periode Januari-Maret 2023. Penilaian status gizi pada penelitian ini menggunakan MNA dan IMT. Pada instrumen MNA terdapat 18

pertanyaan yang termasuk pengukuran lingkaran betis, lingkaran lengan atas. Penilaian MNA terbagi atas 2, versi *Short-Form* terdiri dari 6 pertanyaan bagian dari 18 pertanyaan yang terdapat pada MNA versi *Full-Form*. *Short-Form* memiliki hasil skor akhir yaitu rentang 12-14 menunjukkan status gizi normal, skor 8-11 risiko malnutrisi, dan 0-7 malnutrisi. Jika pasien mendapatkan skor <11 penilaian dilanjutkan dengan pengkajian pada *Long-Form* MNA. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan untuk menilai IMT.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian melibatkan 93 responden terdiri atas 72 orang perempuan (77,4%) dan 21 orang laki-laki (22,6%). Jenis kelamin perempuan memiliki tingkat risiko lebih tinggi mengalami malnutrisi dibandingkan laki-laki. Sebagian responden berusia lanjut usia tua 75-90 49 responden (52,7%) dan lanjut usia 60-74 34 responden (36,6%). Studi yang dilakukan di India menunjukkan perbedaan yaitu sebagian besar berusia 60-70 tahun (55,3%).⁸ Beberapa

penelitian mengatakan seiring bertambahnya usia maka akan meningkatkan risiko terjadinya malnutrisi.^{9, 10, 11}

Penilaian status gizi berdasarkan MNA *Short-Form* didapatkan 55 responden (59,1%) status gizi normal, 36 responden (38,7%) berisiko mengalami malnutrisi, dan 2 responden (2,2%) memiliki malnutrisi. Berbeda dengan penelitian oleh Darmiati (2017) di Makassar yang mayoritas lansia nya berstatus gizi berisiko malnutrisi sebanyak 76 dari 156 lansia (50,5%).⁵ Status gizi berdasarkan MNA *Short-Form* menunjukkan mayoritas lansia mendapatkan status gizi berisiko malnutrisi. Hal ini disebabkan karena nilai IMT yang rendah sehingga skor penilaian menjadi rendah. Sebanyak 38 responden yang berisiko malnutrisi dan malnutrisi dilakukan penilaian lanjutan menggunakan MNA *Long-Form*, sehingga didapatkan 9 responden (23,7%) memiliki status gizi normal, 28 responden (73,7%) berisiko mengalami malnutrisi dan satu responden (2,6%) mengalami gizi kurang (*undernutrition*). Berdasarkan hasil penilaian MNA

Long-Form tersebut, didapatkan responden yang berisiko malnutrisi dan hasilnya tidak berbeda jauh dengan hasil penilaian MNA *Short-Form* yaitu selisih 10 responden. Perbedaan tersebut memperlihatkan bahwa penilaian MNA *Long-Form* tidak selalu

menutupi skor pada MNA *Short-Form* dan menyesuaikan dengan kondisi lansia. Banyak penelitian yang telah membuktikan bahwa MNA *Short-Form* sudah cukup efektif dalam menilai status gizi lansia.^{12, 13}

Tabel 1 Status Gizi Berdasarkan MNA

Status Gizi	Jumlah	Presentase (%)
<i>Short-Form</i>		
Status gizi normal	55	59,1%
Berisiko mengalami malnutrisi	36	38,7%
Malnutrisi	2	2,2%
<i>Long-Form</i>		
Status gizi normal	9	23,7%
Berisiko mengalami malnutrisi	28	73,7%
Malnutrisi	1	2,6%

Berdasarkan IMT, 35 responden (37,6%) berstatus gizi normal, 15 responden (16,1%) menunjukkan berat badan kurang (*underweight*), 17 responden (18,3%) berat badan lebih (*overweight*), 22 responden (23,7%) obesitas I, dan 4 responden (4,3%) obesitas II. Hal ini sesuai dengan Penelitian oleh I Gede (2019) yang melakukan penilaian status gizi pada panti werdha di Bali yaitu hasil status gizi mayoritas normal sebanyak 16 orang lansia (55,2%) dan penelitian oleh Nurdihayati (2014) di PSTW Kabupaten Bireuen Aceh, mayoritas lansia ber status gizi normal

berdasarkan IMT sebanyak 42 lansia (93,3%).^{14,15} Hasil penilaian status gizi berdasarkan IMT hanya mengukur berat badan dan tinggi badan lansia tidak menilai aspek yang lain seperti asupan makanan, psikologis, konsumsi obat, riwayat penyakit, dll. Berat badan yang terukur pada IMT tidak sepenuhnya menggambarkan massa otot tubuh karena lansia mengalami peningkatan massa lemak sehingga hasil IMT sering tinggi.⁷ Hal tersebut menjadi kekurangan IMT dalam menilai status gizi pada lansia.

Tabel 2. Status Gizi Berdasarkan IMT

Status gizi	Jumlah	Presentase (%)
<18,5 Berat badan kurang (<i>Underweight</i>)	15	16,1%
18,5-22,9 Normal	35	37,6%
23-24,9 Berat badan lebih (<i>Overweight</i>)	17	18,3%
25-29,9 Obesitas I	22	23,7%
≥30 Obesitas II	4	4,3%

Status gizi dengan penilaian menggunakan MNA memberikan hasil yang berbeda dengan IMT, dimana hasil status gizi normal pada MNA didapatkan total 64 responden sedangkan dengan IMT hanya 35 responden. Hal ini berbeda karena aspek penilaian status gizi berdasarkan IMT lebih umum digunakan karena lebih praktis, namun MNA lebih spesifik dalam menilai kondisi lansia karena tidak terfokus pada status gizi saja. Penilaian status gizi berdasarkan MNA mencakup aspek diluar status gizi seperti aspek psikologis, aspek riwayat medis sehingga dapat membantu menutupi nilai status gizi sehingga hasil menunjukkan status gizi normal. Penilaian status gizi berdasarkan MNA tidak menunjukkan adanya hasil gizi lebih, hanya terfokus pada penilaian gizi kurang. MNA dan IMT tidak membedakan usia >70 tahun atau <70 tahun untuk hasil IMT dikatakan rendah.

Hal ini juga merupakan salah satu kekurangan dari keduanya.

Kesimpulan dan Saran

Status gizi lansia di panti werdha hana dan sasana tresna werdha ria pembangunan berdasarkan *Mini Nutritional Assesment* (MNA) *Short-Form* menunjukkan bahwa sebagian responden status gizi normal. Dilakukan penilaian lanjutan MNA Long-Form pada responden yang berisiko malnutrisi dan malnutrisi, masih banyak responden yang berisiko malnutrisi dan malnutrisi. Berdasarkan IMT, tidak sampai setengah responden berstatus gizi normal dan obesitas I. Dalam menilai status gizi lansia lebih baik menggunakan MNA dibanding IMT, dikarenakan MNA menilai lebih luas mengenai kondisi lansia. Disarankan untuk melakukan penilaian atau screening status gizi lebih awal pada lansia agar dapat mencegah risiko penyakit yang akan terjadi dalam waktu

cepat.

Daftar pustaka

1. Harjatmo, Titus P. M, holil. Pari, M. Penilaian Status Gizi Bahan Ajar Gizi. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 4-13.
2. Watson, Ronald Ross. NUTRITION AND FUNCTIONAL FOODS FOR HEALTHY AGING. 2017. 75-85.
3. Besora-Moreno M, Llauradó E, Tarro L, Solà R. Social and Economic Factors and Malnutrition or the Risk of Malnutrition in the Elderly: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. *Nutrients* [Internet]. 1 Maret 2020 [dikutip 2 Juni 2023];12(3). Tersedia pada: [/pmc/articles/PMC7146387/](https://pmc/articles/PMC7146387/)
4. Gibson SR. Principles of Nutritional Assessment. 2 ed. Gibson SR, editor. New York: Oxford University; 2005. 273–298 hlm.
5. Darmiaty. Jafar, N. Malsari, S. View of Screening and Assessment of Nutritional Status on Elderly in Pampang, Makassar [Internet]. [dikutip 25 Juni 2023]. Tersedia pada: <https://journal.unhas.ac.id/index.php/icon/article/view/3449/1983>
6. MNA-indonesian. <https://www.mna-elderly.com/sites/default/files/2021-10/MNA-indonesian.pdf>
7. Vrdoljak D. [MALNUTRITION SCREENING TOOLS FOR ELDERLY IN GENERAL PRACTICE]. *Acta Med Croatica*. November 2015;69(4):339–45.
8. Nurhidayati. GAMBARAN STATUS GIZI LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA DESA COT BADA TUNONG KABUPATEN BIREUEN ACEH. *JURNAL LENTERA* [Internet]. 6 Maret 2014 [dikutip 25 Juni 2023];14(2). Tersedia pada: <http://jurnal.umuslim.ac.id/index.php/LTR1/article/view/736>
9. Patil DJ, Shindhe MM. Nutritional status assessment of elderly using MNA tool in rural Belagavi: a cross sectional study. *Int J Community Med Public Health*. 25 Oktober 2018;5(11):4799.
- BASIBÜYÜK GÖ, AYREMLÖU P, AEIDLOU SNS, ÇINAR Z, AY F, BEKTAS Y, dkk. Evaluation of Malnutrition among Elderly People Living in Nursing Homes by Mini Nutritional Assessment Short Form (MNA-SF) in Turkey. *Maedica (Bucur)* [Internet]. Maret 2019 [dikutip 21 April 2023];14(1):38. Tersedia pada: [/pmc/articles/PMC6511674/](https://pmc/articles/PMC6511674/)
- Robb L, Walsh CM, Nel M, Nel A, Odendaal H, van Aardt R. Malnutrition in the elderly residing in long-term care facilities: A cross sectional survey using the Mini Nutritional Assessment (MNA®) screening tool. *South African Journal of Clinical Nutrition*. 2017;30(2):34–40.
- Guigoz Y, Vellas B. Nutritional Assessment in Older Adults: MNA® 25 years of a Screening Tool & a Reference Standard for Care and Research; What Next? *Journal of Nutrition, Health and Aging*. 1 April 2021;25(4):528–83.
- Shuhada NA, Aziz A, Mohd NI, Teng F, Abdul MR, Hamid, dkk. Assessing the nutritional status of hospitalized elderly. *Clin Interv Aging* [Internet]. 4 Oktober 2017 [dikutip 26 Juni 2023];12:1615. Tersedia pada: [/pmc/articles/PMC5634387/](https://pmc/articles/PMC5634387/)
- Gede I, Putra Y, Putu N, Febianingsih E, Program D, Diii S, dkk. GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANJUT USIA DI PANTI WREDHA WANA SRAYA DENPASAR. Vol. 1, Bali Health Published Journal.
- Moly KT, Treesa Biju A, Shajan F. Prevalence Of Malnutrition And Its Contributing Factors Among Geriatric Patients [Internet]. Vol. 2022, *Journal of Positive School Psychology*. Tersedia pada: <http://journalppw.com>