



**PERAN KELUARGA DALAM PEMENUHAN ASUPAN NUTRISI LANSIA
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

(The Role of Family in Fulfillment of Nutrition Intake in The Elderly During The Covid-19 Pandemic in Sumerta Village)

Yoning Ayu Brahtyaswari¹, I Gusti Ayu Rai Rahayuni², Ni Ketut Noriani³

^{1,2} Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan. Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

³ Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan. Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Corresponding author: yoningayu28@gmail.com

Received : Agustus, 2021

Accepted : Oktober, 2022

Published : Oktober, 2022

Abstract

Background: The Metabolic ability of the elderly decreases by 15% to 20%, so the ability of the digestive organs to digest food decrease. The role of the family is very important in maintaining and improving the health of the elderly, especially in paying attention to nutrition intake that can increase the immune system in protecting the body and preventing the transmission of the COVID-19 virus.

Aim: To identify the role of the family in fulfilling the nutrition intake of the elderly during the COVID-19 pandemic in Sumerta Village. Methods: This study employed a descriptive design with a cross-sectional approach. There were 232 respondents recruited as the sample through probability sampling technique with stratified sampling method. Data were collected using a family role questionnaire in the form of a Google form during the new normal period of COVID-19 in February 2021, then analysed with descriptive statistics. Finding: The findings indicated that the majority of the respondents had good category 218 (94.0%) respondents, 13 (5.6%) respondents were in the sufficient category, and there was still respondent with less category 1 (0.4%) respondent. Conclusion: Most of the respondents were highly educated and there were health programs for the elderly that impact in family care and involvement in improving the health of the elderly. Families are expected to continue to play an active role in maintaining and increasing the fulfilment of the nutrition intake of the elderly by seeking information on health services and research journals that is not harm the family or the elderly.

Keywords: Elderly, Role of family, Nutrition, COVID-19

Abstrak

Latar belakang: . Kemampuan metabolisme lansia menurun 15% hingga 20%, sehingga kemampuan organ pencernaan untuk mencerna makanan mengalami penurunan, peran keluarga sangatlah penting dalam mempertahankan dan kesehatan lansia, khususnya dalam memperhatikan asupan nutrisi yang dapat meningkatkan sistem imunitas dalam melindungi tubuh dan mencegah penularan virus COVID-19 Tujuan: Mengidentifikasi peran keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia pada masa pandemi COVID-19 di Kelurahan Sumerta. Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian ini melibatkan keluarga yang tinggal dengan lansia sebanyak 232 responden yang diambil dengan teknik probability sampling dengan metode stratified sampling. Data dikumpulkan secara online menggunakan kuesioner peran keluarga yang berupa google form pada masa new normal COVID-19 bulan Februari 2021, kemudian diolah dengan deskriptif statistik.

Hasil: Sebagian besar responden penelitian dengan kategori baik yaitu 218 (94,0%) responden, 13 (5,6%) responden dengan kategori cukup, dan masih adanya responden dengan kategori kurang yaitu satu (0,4%) responden.. Kesimpulan: Sebagian besar responden berpendidikan tinggi dan terdapat program kesehatan untuk lansia yang mengakibatkan adanya kepedulian dan keterlibatan keluarga dalam meningkatkan kesehatan lansia sehingga keluarga diharapkan tetap berperan aktif untuk mempertahankan dan meningkatkan pemenuhan asupan nutrisi lansia, dengan cara mencari informasi pada badan kesehatan maupun jurnal penelitian sehingga tidak merugikan keluarga maupun lansia.

Kata Kunci: Lansia, Peran keluarga, Nutrisi, COVID-

1. LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) pada Maret 2020 secara resmi mengumumkan wabah COVID-19 sebagai pandemi global, sehingga dunia saat ini sedang menghadapi wabah yang mengubah kehidupan seluruh masyarakat. Coronavirus Disease 19 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh Novel Coronavirus (2019-nCoV) atau yang saat ini dinamakan SARS-CoV-2, virus ini merupakan virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia.

Jumlah penderita dan kasus kematian akibat infeksi COVID-19 setiap harinya terus meningkat, dan kematian paling banyak terjadi pada penderita lanjut usia (lansia) yang berusia 80 tahun ke atas dengan persentase mencapai 21,9% (Kemenkes, 2020). Orang-orang dengan resiko tinggi terkena COVID-19 yaitu lansia, berpenyakit penyerta atau komorbid, memiliki daya tahan tubuh (imunitas) yang rendah, dan mengalami obesitas. Pasien lanjut usia yang terinfeksi COVID-19 umumnya akan mengalami perburukan kondisi dan keterlambatan penyembuhan (Yuliana, 2020).

Masa lansia disebut dengan masa menurunnya kesehatan, semangat, dan performa tubuh, sehingga para lansia sering diidentikkan dengan produktivitas dan aktivitas yang semakin menurun. Kemampuan metabolisme lansia menurun 15% hingga 20%, sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan organ pencernaan untuk mencerna makanan mengalami penurunan. (Pratiwi, dkk, 2019). Nutrisi yang diperlukan lansia berbeda dengan orang dewasa pada umumnya. Penurunan fungsi organ pencernaan pada lansia menyebabkan terdapat asupan gizi yang perlu dibatasi maupun asupan gizi yang perlu dikonsumsi lebih banyak.

Keluarga merupakan support system bagi lansia dengan mempertahankan kesehatannya. Peran keluarga merupakan perilaku antar pribadi dan sifat yang berhubungan dengan pribadi itu sendiri dalam posisi dan situasi tertentu (Jhonson & Leny, 2010 dalam Istianto & Kartiningrum, 2012). Peran keluarga dalam merawat lansia antara lain

menjaga kesehatan lansia, memenuhi nutrisi lansia, pola istirahat lansia, memberikan motivasi, serta menjaga dan meningkatkan status mental lansia (Maryam, 2008 dalam Maita, 2017). Peran keluarga sangat penting dalam meningkatkan dan mempertahankan kesehatan lansia tetap optimal, sehingga salah satu yang bisa dilakukan yaitu dengan mengatur pola makan lansia. Lansia yang tinggal bersama keluarga umumnya akan dipantau dalam perilaku kesehatan meliputi pola makan sehari-hari dibandingkan dengan lansia yang tidak tinggal dengan keluarga atau hidup mandiri. (Istianto & Kartiningrum, 2012).

Pola makan lansia sangatlah penting karena selain melakukan 3M (Mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak), dalam mencegah penularan COVID-19 juga harus mempertahankan dan meningkatkan daya tahan tubuh. Prinsip dalam mempertahankan dan meningkatkan daya tahan tubuh adalah menjaga asupan makanan yang bergizi. Sistem imun merupakan pertahanan garis depan yang memperkuat pertahanan tubuh di dalam peredaran darah dan di dalam sel untuk melindungi tubuh dari infeksi COVID-19 (Sumarmi, 2020). Menu makanan dengan gizi yang seimbang seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin dapat meningkatkan daya tahan tubuh terutama pada lansia (Sukadiono, 2020).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian ini melibatkan keluarga yang tinggal dengan lansia sebanyak 232 responden yang diambil dengan teknik *probability sampling* dengan metode *stratified sampling*. Data dikumpulkan secara *online* menggunakan kuesioner peran keluarga yang terdiri dari 15 item pernyataan dengan skala likert yang sudah di uji dengan Face validity. Quisioner berupa *google form* pada masa new normal COVID-19 bulan Februari 2021, kemudian diolah dengan deskriptif statistik melalui program *SPSS 26 for Windows*.

Penelitian ini telah mendapatkan izin *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian (KEP) Institut Teknologi dan Kesehatan Bali, dengan nomor surat:04.0043/KEPITEKES-BALI/II/2021 pada tanggal 10 Februari 2021. Etika pada penelitian ini yaitu lembar persetujuan (*informed consent*), tanpa nama (*anonymity*), kerahasiaan (*confidentiality*), perlindungan dari ketidaknyamanan (*protection from discomfort*), dan manfaat (*beneficience*)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan pekerjaan (n=232)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
18-40 tahun	143	61,6
>40 tahun	89	38,4
Jenis kelamin		
Laki-laki	93	40,1
Perempuan	139	59,9
Pendidikan terakhir		
SD	3	1,3
SMP	8	3,4
SMA	79	34,1
Diploma	47	20,3
Sarjana	94	40,5
Tidak Sekolah	1	4
Pekerjaan		
PNS	30	12,9
Wiraswasta	54	23,3
Petani	9	3,9
Ibu Rumah Tangga	20	8,6
Pedagang	37	15,9
Lainnya	82	35,3

Tabel 1 menjelaskan sebagian besar responden dalam penelitian ini yaitu jenis kelamin perempuan sebanyak 139 (59,9%) responden. Jika dilihat dari karakteristik pendidikan, sebagian besar responden berasal dari strata pendidikan sarjana yaitu sebanyak 94 (40,5%) responden, sedangkan dari jenis

pekerjaan, responden di Kelurahan Sumerta sebagian besar pada kategori Lainnya yaitu sebanyak 82 (35,3%) responden. Berdasarkan umur responden, sebagian besar responden berumur 18-40 tahun dengan jumlah responden sebanyak 143 (61,6%).

Peran Keluarga dalam Pemenuhan Asupan Nutrisi Lansia pada masa Pandemi COVID-19

Hasil penelitian mengenai Peran Keluarga dalam Pemenuhan Asupan Nutrisi Lansia di Kelurahan Sumerta sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peran Keluarga dalam Pemenuhan Asupan Nutrisi Lansia (n=232)

Kategori Peran Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	218	94,0
Cukup	13	5,6
Kurang	1	0,4

Berdasarkan Tabel 2, dijelaskan bahwa peran keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia di Kelurahan Sumerta sebagian besar yaitu peran keluarga baik sebanyak 218 (94,0%) responden, peran keluarga cukup sebanyak 13 (5,6%) responden, dan peran keluarga kurang yaitu satu (0,4%) responden.

3.2 Pembahasan

Peran keluarga adalah seperangkat perilaku antar pribadi, sikap, dan kegiatan yang diharapkan oleh orang lain terhadap seseorang dalam posisi dan situasi tertentu. Peran keluarga dalam asupan nutrisi lansia dapat dilakukan dengan merencanakan makan dan menyiapkan menu seimbang (Nugroho, 2008). Penelitian mengenai peran keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia pada masa pandemi COVID-19 di Kelurahan Sumerta yaitu sebagian besar keluarga menunjukkan peran keluarga yang baik yaitu 218 (94,0%) responden, dan terdapat keluarga yang menunjukkan peran keluarga cukup yaitu 13 (5,6%) responden, serta masih ada keluarga yang menunjukkan peran keluarga kurang yaitu 1 (0,4%) responden.

Peran keluarga di Kelurahan Sumerta sebagian besar dengan kategori baik didukung juga karena sebagian besar keluarga berpendidikan tinggi yaitu Sarjana, sehingga keluarga memiliki pengetahuan yang cukup dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia serta

pengetahuan mengenai penyakit yang dapat menyerang lansia terutama yang berhubungan dengan nutrisi lansia.

Tingkat pendidikan merupakan pendidikan yang dimiliki oleh responden yang dapat mendukung responden untuk memahami dan mengaplikasikan dengan benar peran mereka dalam merawat lansia. Hal ini didukung oleh penelitian Nazari, dkk (2016) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga terhadap merawat lansia dipengaruhi oleh pendidikan tinggi, karakteristik tersebut yang membedakan gaya hidup lansia terutama dalam pemenuhan nutrisi pada lansia.

Adanya program kesehatan untuk lansia di wilayah Kelurahan Sumerta juga mengakibatkan adanya kepedulian dan keterlibatan keluarga dalam meningkatkan kesehatan lansia. Hal ini sesuai dengan penelitian Budiono & Pertami (2019) yang menyatakan bahwa program kesehatan dapat meningkatkan kepedulian dan peran serta keluarga dalam mewujudkan lanjut usia yang sehat, seperti kelompok Bina Keluarga Lansia (BKL).

Umur responden penelitian peran keluarga sebagian besar adalah 18-40 tahun, umur ini termasuk fase mengasuh keluarga, sehingga responden cukup berpengalaman dalam merawat lansia. Berdasarkan penelitian Yuhono (2017) umur mempengaruhi peran yang baik dalam perawatan lansia dirumah yaitu umur 34-40 tahun (53%). Pernyataan ini juga sejalan dengan hasil penelitian oleh Maryam, dkk (2012) yang didalam penelitiannya menyatakan karakteristik umur keluarga yang merawat lansia yaitu lebih tinggi pada responden umur 21-44 tahun (69,3%).

Hasil ini sesuai dengan penelitian Maita (2017) dimana peran keluarga terhadap pemenuhan asupan nutrisi lansia ada pada kategori baik yaitu sebanyak 93 responden dengan persentase 98,94% di Puskesmas Rejosari. Setiap anggota keluarga memiliki peranan penting salah satunya yaitu membantu melakukan persiapan makanan bagi lansia dengan memperhatikan gizi yang cukup. Selain itu, penelitian ini didukung oleh penelitian Nazari, dkk (2016) yang menyatakan bahwa dukungan dan peranan keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia memiliki peluang 4,41 kali lebih optimal dibandingkan dengan keluarga yang pemenuhan nutrisi lansia kurang optimal. Ditambah dengan hasil penelitian oleh Suwignyo (2018) yang menyatakan dukungan dari keluarga sangat berperan dalam kehidupan lansia, karena peran keluarga mempengaruhi psikologi lansia,

sehingga pola konsumsi makanan pada lansia tersebut menjadi lebih baik.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan

Peran keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia di Kelurahan Sumerta dari 232 responden sebagian besar berperan baik yaitu sebanyak 218 (94,0%) responden. Hal ini dikarenakan keluarga di Kelurahan Sumerta sebagian besar berpendidikan tinggi yaitu Sarjana, serta adanya program kesehatan untuk lansia di wilayah Kelurahan Sumerta juga mengakibatkan adanya kepedulian dan keterlibatan keluarga dalam meningkatkan kesehatan lansia.

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk mencari faktor penyebab mengenai masih adanya keluarga yang berperan kurang, faktor lain seperti kebiasaan dan budaya masyarakat setempat yang mempengaruhi pemenuhan asupan nutrisi pada lansia, sehingga diketahui langkah-langkah untuk meningkatkan peran keluarga dalam pemenuhan asupan nutrisi lansia. Dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan peran keluarga baik, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan memberikan intervensi yaitu edukasi jangka panjang mengenai perawatan lansia khususnya dalam meningkatkan pemenuhan nutrisi lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiono, S. B. P. (2019). Pemberdayaan Peran Kader Dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Melalui Terapi Totok Punggung Di Bkl (Bina Keluarga Lansia) Kecamatan Lawang. *Jurnal Stikes Majapahit*, 3, 63–64.
- Istianto, A., & Kartiningrum, E. D. (2012). Peran Keluarga Dalam Asupan Nutrisi Lansia Di Desa Kebonagung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto. *Hospital Majapahit*, 4(1), 287.
- Journa, I. N., Sampling, N. P., & Sampling, P. (2020). Knowledge Of Elderly In Fulfilling Their Nutritional Intake. *XI(1)*, 31–36
- Juwariyah, Jona. (2020). Studi Deskriptif Pemanfaatan Posyandu Lansia. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan Vol. 4 No.1. STIKES Telogorejo Semarang*.
- Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In Kementrian

- Kesehatan Republik Indonesia (Vol. 42, Issue 4).
- Lestari, P., & Pratiwi, P. H. (2018). Perubahan dalam Struktur Keluarga. *Jurnal Demensia*, 7(1), 23–44.
- Maita, L. (2017). Peran Keluarga terhadap Lansia di Puskesmas Rejosari. *STIKES Hangtuah Pekanbaru*.
- Maryam, R. S., Rosidawati, R., Riasmini, N. M., & Suryati, E. S. (2012). Beban Keluarga Merawat Lansia Dapat Memicu Tindakan Kekerasan dan Penelantaran Terhadap Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(3), 143–150.
- Nuri Nazari, Rusli Yusuf, T. T. (2016). Dukungan Dan Karakteristik Keluarga Dengan Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(2), 75–86.
- Nursalam. (2015). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Kritis (Edisi 4)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaviana, R., Hidayat, S., Dwi Mumpuningtias, E., & Studi Keperawatan Universitas Wiraraja, P. (2019). Peran Keluarga Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Pandian Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 13–19.
- Pratiwi, I. G. dian, Yasin, Z., & Suprayitno, E. (2019). Pemenuhan Gizi Seimbang Bagi Lansia Di Pulau Gili Iyang Kecamatan Dungkek. *Jurnal ABDIRAJA*, 2(1), 12–17.
- Pratiwi, I. G. dian, Yasin, Z., & Suprayitno, E. (2019). Pemenuhan Gizi Seimbang Bagi Lansia Di Pulau Gili Iyang Kecamatan Dungkek. *Jurnal ABDIRAJA*, 2(1), 12–17.
- Pritasari. (2017). *Bahan ajar gizi: Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Puskesmas I Denpasar Timur. (2016). *Profil Kesehatan Puskesmas I Denpasar Timur Kota Denpasar Tahun 2017*. 62–63.
- Sartika, N., Zulfitri, R., & Novayelinda, R. (2011). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia. *Jurnal Ners Indonesia*, 2(1), 39–49.
- Savita, R., & Rindu. (2017). Influence of family role, physical activity, social interaction and stress to elderly life quality. *Jurnal Ilmiah Citradelima*, 2(1).
- Senja, Prasetyo. (2019). *Perawatan Lansia oleh Keluarga dan Care Giver*. Bumi Medika.
- Sukadiono. (2020). *Alam Pikir Era Pandemi: Kajian Lintas Ilmu*. UM Surabaya.
- Sumarmi, S. (2020). Kerja Harmoni Zat Gizi dalam Meningkatkan Imunitas Tubuh Terhadap Covid-19: Mini Review. *Amerta Nutrition*, 4(3), 250.
- Suwignyo, Nia, E. R., T. N., & Suryanti. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Tempat Tinggal Pada Lansia Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 1(2), 39–47.
- Yuhono, P. (2017). *Gambaran Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Ketergantungan Di Desa*