

## Hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi lanjut usia binaan Puskesmas di Jakarta Barat Tahun 1997

Zaenal Arifin Tanaya, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=76208&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pada dekade belakangan ini populasi lanjut usia meningkat di negara-negara sedang berkembang, yang awalnya hanya terjadi di negara maju. Demikian halnya di Indonesia populasi lanjut usia juga mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut disertai dengan peningkatan prevalensi status gizi lebih, yang kemungkinan disebabkan oleh rendahnya aktivitas fisik. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari Studi Evaluasi Program Kesehatan Usia Lanjut di Puskesmas DKI Jakarta tahun 1997, yang merupakan kerja sama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia dengan Dinas Kesehatan DKI Jakarta.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi lebih pada lanjut usia di Jakarta Barat. Penelitian menggunakan Rancangan Potong Lintang (cross sectional) dengan pengambilan sampel secara kluster berdasarkan PPS (probability proportional to size). Sampel adalah lanjut usia yang berumur 55 tahun atau lebih sebanyak 120 orang. Faktor dependen yang dipilih adalah status gizi lebih, sedangkan faktor independen adalah aktivitas fisik. Untuk melihat pengaruh faktor konfonding, maka diuji faktor-faktor umur, jenis kelamin, status kawin, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, status kesehatan, tingkat ekonomi, konsumsi energi dan kebiasaan merokok terhadap kemaknaan variabel tersebut. Data dianalisis dengan analisis univariat dan bivariat, serta diuji korelasi antar variabel dengan uji Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi status gizi lebih lanjut usia adalah sebesar 44.2%. Prevalensi lanjut- usia dengan aktivitas fisik tingkat ringan sebesar 51.7%, sisanya dengan aktivitas fisik tingkat berat. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi lebih. Setelah dilakukan pemisahan aktivitas fisik menjadi aktivitas kerja, aktivitas olahraga dan aktivitas waktu luang, ternyata terdapat hubungan antara aktivitas waktu luang dengan status gizi (Indek Masa Tubuh) yang dikontrol faktor wanita, faktor umur 55-59 tahun, faktor pendidikan SMU keatas serta faktor lanjut usia yang mempunyai 3 atau lebih keluhan sakit, menunjukkan hubungan yang bermakna. Kemudian model regresi linier dengan cara dilakukan analisis regresi liner serta dilakukan uji koefisien korelasi parsial yang akan mengetahui faktor yang lebih kuat hubungannya, hasil menunjukkan hanya faktor wanita yang berperan dalam model tersebut. Sebagai saran bagi perencana program pembinaan peningkatan kesehatan lanjut usia adalah: Pola aktivitas pada waktu luang perlu dilakukan perubahan intensitasnya terutama bagi lanjut usia wanita.

.....Relationship between Physical Activity and Elderly Nutritional Status under Community Health Center Management in West Jakarta in 1997 During the last decade, population of the elderly in developing countries including Indonesia has increased due to the improvement of social welfare. Many cases indicated that most elderly people were in malnourished condition that caused the overweight or even obesity. Some studies reported that the elderly people were also lack of physical activities.

This research is aimed to identify the relationship between the physical activities and the overweight status of the elderly in west Jakarta. The research used the secondary data from the Evaluation Studies on the Elderly Health Program in the Public Health Center in Jakarta during 1997. The studies were carried out by Public Health Faculty The University of Indonesia as a joint worked with Jakarta Health Office. The secondary data were taken by cluster sampling through PPS (Probability Proportional to Size) including men and women of the age 55 or above. The sample size was 120 persons. The dependent factor was over weight status, and the independent factor was the physical activity. The confounding factors were considered include sex, age group, marital status, education level, health condition, and energy consumption. Data were analyzed using univariate and bivariate correlation test (spearman test). The results showed that the proportion of elderly with overweight was 44.2 % and with the physical activity was 51.7 %.

The result of bivariate analysis showed that there was no meaningful correlation between physical activity and overweight status. After categorizing the physical activity became to work activity, sport activity and leisure time activity it was shown that there was the meaningful correlation between the leisure time activity and the nutritional status (body mass index) after controlling with age of 55-59, high school education and over and the elderly with 3 and over illness complaints. Further more, the multiple liuier regression analysis that in stages made the model also it used the partial correlation coefficients test to the strength correlation. The result showed that only women factor was activity. Suggestions for action on planning the program of elderly health improvement are activity leisure time pattern need for the improvement the intensity of the women elderly.