

TINGKATAN DOMAIN (BLOOM) PENGETAHUAN LANJUT USIA TENTANG KEBUTUHAN NUTRISI

(Level of Knowledge About Nutritional Need for Elderly Based on Bloom Domain)

Ketjuk Herminaju

Stikes Hutama Abdi Husada Tulungagung, Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 1 Tulungagung
Telp./Fax: (0355) 322738, E-mail: ketjuk_stikeshah@yahoo.co.id

ABSTRACT

Introduction: *There are still a lot of elderly people who tend not to think about the nutrients they need. The objective of this study was to determine the level of knowledge based on Bloom. Domain about nutrition in the elderly Posyandu. Method:* Design research was descriptive analytical. Population were selected all listed in the elderly in the village Posyandu Rejotangan district, 34 respondents. Variable was the level knowledge domain from Bloom. The data were collected by questionnaire and they were analyzed by using the descriptive statistical. **Result:** *The result of these studies showed the level of knowledge (C1–C6) seniors about nutrition were categorized with the value – average 56%. Discussion:* *It can be concluded that from all of the domain from Bloom, the level of knowledge of Elderly was categorized on sufficient level. It is recommended that the involment of the is important to improve the delivery of information through extension or move the elderly to be more active in following Posyandu.*

Keywords: knowledge, elderly, nutrition

PENDAHULUAN

Usia lanjut termasuk kelompok yang paling rawan biologinya yaitu lebih mudah sakit serta lama penyembuhannya (Depkes Jakarta, 2005). Proses menua dapat terlihat secara fisik pada tubuh dan berbagai organ serta penurunan fungsi tubuh serta organ tersebut. Perubahan secara biologis ini dapat memengaruhi status gizi pada masa tua antara lain metabolisme basal menurun, kebutuhan kalori menurun, status gizi lansia cenderung mengalami kegemukan atau obesitas. Fungsi pengecap atau penciuman menurun atau hilang, makan menjadi tidak enak dan nafsu makan menurun, akibatnya lansia menjadi kurang gizi (kurang energi protein yang kronis).

Penyakit periodontal (gigi tanggal), akibatnya kesulitan makan yang berserat (sayur, daging) dan cenderung makan makanan yang lunak (tinggi kalori), hal ini menyebabkan lansia cenderung kegemukan/obesitas. Penurunan sekresi asam lambung dan enzim pencernaan makanan, hal ini mengganggu penyerapan vitamin dan mineral, akibatnya lansia menjadi defisiensi zat-zat gizi mikro. Mobilitas usus

yang menurun, mengakibatkan susah buang air besar, sehingga lansia menderita wasir yang bisa menimbulkan perdarahan dan memicu terjadinya anemia. Sering menggunakan obat-obatan atau alkohol, hal ini dapat menurunkan nafsu makan yang menyebabkan kurang gizi dan hepatitis atau kanker hati. (Depkes RI. 2003).

Basal Metabolic Rate (BMR) pada lansia turun sekitar 20% pada umur 50 tahun dibandingkan umur 30 tahun, demikian pula air tubuh turun secara signifikan karena bertambahnya sel-sel mati yang diganti oleh lemak maupun jaringan ikat, jumlah energi juga turun sangat nyata disertai penurunan metabolisme tubuh (Departemen Kesehatan Jakarta, 2005).

Solusi yang bisa diberikan langsung pada lansia dengan cara memelihara kesehatan secara mandiri dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan olah raga teratur. Cara lain meminimalkan kelainan yang terjadi pada lansia, dilakukan upaya pencegahan sejak usia dini mengikuti pola sehat, sehingga pada waktu lansia dicapai kondisi tetap sehat dan

dapat berkarya selama mungkin. Upaya lain mengatasi hal tersebut diperlukan kerja sama antara petugas kesehatan dengan kelompok lansia yaitu mengatur diet pada lansia agar status gizi terpenuhi secara seimbang, sehingga kesehatan, kesejahteraan dan kapasitas fungsional dapat dicapai secara optimal (Depkes RI. 2000). Oleh karena itu peneliti

tertarik untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang nutrisi di Posyandu Lansia di Desa Rejotangan Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang nutrisi di Posyandu Lansia di Desa Rejotangan Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung.

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan (**tahu**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rerata
1	Baik	6	18%	56% (cukup)
2	Cukup	11	32%	
3	Kurang baik	17	50%	
Jumlah		34	100%	

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan (**paham**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rata-rata
1	Baik	8	24%	58% (cukup)
2	Cukup	9	26%	
3	Kurang baik	17	50%	
Jumlah		34	100%	

Tabel 3. Distribusi frekuensi pengetahuan (**aplikasi**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rerata
1	Baik	7	21%	56% (cukup)
2	Cukup	9	26%	
3	Kurang baik	18	53%	
Jumlah		34	100%	

Tabel 4. Distribusi frekuensi pengetahuan (**analisis**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rerata
1	Baik	5	15	56% (cukup)
2	Cukup	13	38	
3	Kurang baik	16	47	
Jumlah		34	100	

Tabel 5. Distribusi frekuensi pengetahuan (**sintesis**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rerata
1	Baik	15	15	55% (kurang baik)
2	Cukup	12	35	
3	Kurang baik	17	50	
Jumlah		34	100	

Tabel 6. Distribusi frekuensi pengetahuan (**evaluasi**) lansia tentang nutrisi di Posyandu lansia

No.	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)	Rerata
1	Baik	6	18	55% (kurang baik)
2	Cukup	9	26	
3	Kurang baik	19	56	
Jumlah		34	100	

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Dalam penelitian ini menggunakan populasi semua lansia yang ada di Posyandu Lansia Desa Rejotangan dengan sampel yang diteliti meliputi semua lansia di Posyandu Lansia kecuali lansia yang sakit dan yang mengalami gangguan jiwa, dengan jumlah sampel sebanyak 34 orang. Penelitian dilakukan selama bulan Juni 2010.

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah membuat suatu model upaya peningkatan pengetahuan oleh kader. Sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan pengetahuan. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan skala *Guttman* dan diinterpretasikan dengan menggunakan skala kualitatif.

HASIL

Hasil penelitian dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari segi pengetahuan (**tahu**) 17 responden (50%) berpengetahuan kurang baik dengan nilai rerata sebesar 56% dalam kategori cukup. Pengetahuan (**paham**) menunjukkan hasil mayoritas 17 responden (58%) berpengetahuan kurang baik dengan nilai rerata 58% dalam kategori cukup. Tabel 3 dari segi pengetahuan (**aplikasi**) menunjukkan bahwa mayoritas 18 responden (53%) berpengetahuan kurang baik dengan nilai rata-rata 56% dalam kategori cukup.

Hasil dari pengetahuan (**analisis**) menunjukkan bahwa mayoritas 16 responden (47%) berpengetahuan kurang baik dengan nilai rerata sebesar 56% dalam kategori cukup. Pengetahuan (**sintesis**) menunjukkan hasil mayoritas 17 responden berpengetahuan kurang baik dengan nilai rerata sebesar 55% dalam kategori kurang baik. Mayoritas

19 responden (56%) dari segi pengetahuan (**evaluasi**) menunjukkan rerata sebesar 55% berpengetahuan kurang baik dalam kategori kurang baik.

PEMBAHASAN

Pendidikan adalah suatu kegiatan dan proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya, demikian juga sebaliknya (Notoatmojo, 2003). Jika ditinjau dari pendidikan didapatkan 16 responden (47%) mayoritas SD, teori di atas kurang sesuai, mengingat SD merupakan pendidikan yang masih dasar. Hal ini disebabkan meski dengan pendidikan yang belum cukup tinggi, tetapi pengalaman yang diperoleh, baik dari diri sendiri maupun orang lain mampu memberikan tambahan ilmu dan pengetahuan seseorang.

Pengalaman merupakan guru yang paling baik sebab pengalaman dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dan menyebutkan bahwa manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan. Teori di atas sesuai dengan yang didapatkan bahwa mayoritas 16 responden (47%) berumur 60–70 tahun, karena diketahui pada usia lanjut pengalaman yang didapat baik yang dialami sendiri ataupun dari orang lain cukup banyak sehingga dapat menambah pengetahuan yang dimiliki.

Informasi meningkatkan pengetahuan, menentukan sikap dan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 1993). Menurut J. Guilbert, proses interaksi merupakan salah satu yang memengaruhi proses belajar, dari tidak tahu menjadi tahu. Jika dilihat dari pekerjaan, mayoritas responden adalah tidak bekerja

(Ibu Rumah Tangga) sebanyak 14 responden (41%) dan dilihat dari jenis kelamin mayoritas responden yaitu wanita sebanyak 28 responden (80%), kemungkinan di mana proses interaksi yang tercipta bisa dicapai melalui kegiatan berbelanja, posyandu, yasinan yang kesemuanya ini bisa lebih meningkatkan pengetahuan, selain yang diperoleh dari media cetak dan elektronik.

Sebanyak 34 responden dengan nilai rata-rata sebesar 58% berpengetahuan (C2) cukup. Menurut Notoatmodjo (2003: 122) memahami diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui. Sebanyak 34 responden dengan nilai rata-rata sebesar 56% dengan pengetahuan (C3) cukup. Teori yang disampaikan Nursalam dan Pariani (2003) menyebutkan bahwa bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi wanita akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

Evaluasi merupakan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2003). Makin tua umur seseorang maka makin konstruktif dalam menerima informasi yang didapat sehingga semakin banyak pengetahuan yang dimiliki (Nursalam dan Pariani, 2001). Dengan mayoritas 16 responden (47%) berumur 60–70 tahun, teori di atas kurang sesuai dengan hal tersebut. Hal ini disebabkan pada usia lanjut proses perkembangan mentalnya mulai menurun, dalam hal mengingat, memahami/berfikir dan berkreasi dalam memberikan penilaian terhadap suatu materi/objek.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dari tingkatan domain dari Bloom pada lansia tentang nutrisi di Posyandu Lansia di Desa Rejotangan Kecamatan Rejotangan dikategorikan cukup. Meskipun responden mayoritas berpendidikan SD dan berumur 60–70 tahun tetapi pola berpikir dalam mengolah sesuatu itu masih cukup baik karena kemampuan dalam menggunakan

penalaran untuk memperoleh pengetahuan, dan pengembangan pemahaman tentang nutrisi.

Saran

Peneliti memberikan saran agar tenaga kesehatan dan kader di posyandu lansia lebih meningkatkan informasi tentang pengetahuan lansia tentang nutrisi melalui penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu dan bapak yang sudah lansia agar pengetahuan mereka tentang nutrisi dapat bertambah dan penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan sampel yang lebih banyak serta mengembangkan model peningkatan pengetahuan berbasis masyarakat pengetahuan yang ada.

KEPUSTAKAAN

- Almatsier, S., 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Alimul, A., 2003. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Arikunto, Suharsimi, 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2005. *Modul Pelatihan Konseling Kesehatan dan Gizi Bagi Usia Lanjut*.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2003. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut*.
- Djaeni, A., 1999. *Ilmu Gizi Jilid 1 dan 2*. Jakarta: Diyan Paryati.
- Nugroho, Wahyudi, 1992. *Perawatan Lanjut Usia*. Jakarta: EGC.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S., 2001. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono, 2006. *Metodologi Penelitian Administrasi Dilengkapi dengan Metode R and D*. Bandung: alfabeta.