

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
DENGAN STATUS GIZI PESERTA POSYANDU LANSIA
DI KELURAHAN BERGAS LOR**

***RELATIONSHIP BETWEEN MACRO NUTRIENTS WITH
NUTRITIONAL STATUS OF ELDERLY POSYANDU
PARTICIPANTS IN KELURAHAN BERGAS LOR***



TUGAS AKHIR S1

**OLEH
Adinda Mutia Widjayanti
16.II.0111**

**KONSENTRASI *FOOD TECHNOLOGY AND INNOVATION*
PROGRAM STUDI SARJANA TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2023

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
DENGAN STATUS GIZI PESERTA POSYANDU LANSIA
DI KELURAHAN BERGAS LOR**

***RELATIONSHIP BETWEEN MACRO NUTRIENTS WITH
NUTRITIONAL STATUS OF ELDERLY POSYANDU
PARTICIPANTS IN KELURAHAN BERGAS LOR***

TUGAS AKHIR S1

Diajukan untuk
memenuhi persyaratan yang diperlukan untuk
memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan

OLEH
Adinda Mutia Widjayanti
16.II.0111

**KONSENTRASI *FOOD TECHNOLOGY AND INNOVATION*
PROGRAM STUDI SARJANA TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2023

RINGKASAN

Kondisi lansia di posyandu lansia Kelurahan Bergas Lor didominasi oleh lansia dengan kriteria gizi kurang sebanyak 44%, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui penyebab yang mempengaruhi kondisi tersebut. Masalah gizi pada lansia dipengaruhi oleh multifaktor antara lain: karakteristik demografi, faktor ekonomi, budaya, pengetahuan, tindakan yang dapat mengakibatkan penurunan kesehatan, dan ketidakseimbangan konsumsi zat gizi dalam makanan. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh gambaran asupan protein, lemak, karbohidrat, dan kalori dengan status gizi peserta posyandu lansia di Kelurahan Bergas Lor. Pengambilan data karakteristik lansia meliputi umur, jenis kelamin, data konsumsi makanan dilakukan dengan wawancara *24 hours food recall* kepada peserta posyandu lansia. Data yang didapatkan dari hasil *24 hours food recall* dari responden diolah menggunakan Microsoft Excel 2010 untuk mengetahui rata-rata konsumsi makanan per hari, rata-rata kalori per hari, rata-rata protein per hari, rata-rata lemak per hari dan rata-rata karbohidrat per hari. Untuk data antropometri (tinggi badan dan berat badan) dilakukan juga pengolahan data menggunakan Ms Excel 2010 untuk mendapatkan Indeks Massa Tubuh (IMT). Selanjutnya dilakukan analisis korelasi menggunakan Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for Windows 25 untuk mengetahui hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kandungan makanan yang dikonsumsi (protein, lemak dan karbohidrat). Untuk melihat kekuatan hubungan antar dua variabel yang diuji menggunakan analisis korelasi. Jumlah seluruh responden lansia di posyandu lansia Kelurahan Bergas Lor sebanyak 43 orang kondisi di lokasi penelitian hanya terbagi menjadi 3 yaitu usia pertengahan, lanjut usia dan lanjut usia tua. Hasil dari pengumpulan data dapat dilihat bahwa konsumsi asupan lemak pada kelompok usia pertengahan dan kelompok lanjut usia lebih banyak dikonsumsi oleh lansia perempuan. Namun pada kelompok lanjut usia tua konsumsi lemak lansia laki-laki lebih besar. Pada konsumsi protein kelompok usia pertengahan dan kelompok lanjut usia tua, lansia laki-laki lebih banyak mengkonsumsi. Dan pada kelompok lanjut usia yang banyak mengkonsumsi lansia perempuan. Asupan karbohidrat dari semua kelompok usia lebih banyak dikonsumsi oleh lansia laki-laki. Sama dengan asupan karbohidrat, asupan kalori dari semua kelompok usia juga lebih banyak dikonsumsi oleh laki-laki. Konsumsi protein berbanding terbalik terhadap Indeks Masa Tubuh Lansia di Kelurahan Bergas Lor karena memiliki koefisien korelasi $-1,000$. Konsumsi lemak dan karbohidrat sangat mempengaruhi terhadap Indeks Masa Tubuh Lansia di Kelurahan Bergas Lor karena memiliki koefisien korelasi sangat kuat yaitu sebesar $1,000$ (lemak) dan $1,000$ (karbohidrat).

SUMMARY

The condition of the elderly in the elderly posyandu of Bergas Lor Village is dominated by the elderly with malnutrition criteria as much as 44%, so further research needs to be done to find out the causes that affect these conditions. Nutritional problems in the elderly are influenced by multifactors including: demographic characteristics, economic factors, culture, knowledge, actions that can lead to decreased health, and imbalances in nutrient consumption in food. The purpose of this study was to obtain an overview of protein, fat, carbohydrate, intake with the nutritional status of elderly posyandu participants in Bergas Lor Village. Data collection of elderly characteristics including age, gender, food consumption data was carried out by interviewing 24 hours food recall to elderly posyandu participants. Data obtained from the results of 24 hours food recall from respondents were processed using Microsoft Excel 2010 to determine the average food consumption per day, average calories per day, average protein per day, average fat per day and average carbohydrates per day. For anthropometric data (height and weight), data processing was also carried out using Ms Excel 2010 to obtain the Body Mass Index (BMI). Furthermore, a correlation analysis was carried out using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for Windows 25 to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) and the content of food consumed (calories, protein, fat and carbohydrates). To see the strength of the relationship between the two variables tested using correlation analysis. The total number of elderly respondents in the elderly posyandu of Bergas Lor Village was 43 people, the conditions at the research location were only divided into 3, namely middle age, elderly and old age. the results of data collection can be seen that the consumption of fat intake in the middle age group and the elderly group is consumed more by elderly women. However, in the old age group, the fat consumption of elderly men was greater. In the consumption of protein in the middle age group and the elderly group, male elderly consume more. And in the elderly group who consumed a lot of elderly women. Carbohydrate intake of all age groups is consumed more by elderly men. Similar to carbohydrate intake, calorie intake of all age groups was also consumed more by men. Protein consumption is inversely related to the Body Mass Index in the elderly in Bergas Lor Village because it has a correlation coefficient of -1,000. Consumption of fat and carbohydrates greatly influences the Body Mass Index in the elderly in Bergas Lor Village because it has a very strong correlation coefficient of 1,000 (fat) and 1,000 (carbohydrate).