



Research Article

Nutritional Status Based on Body Mass Index and Waist Circumference in the Elderly in the Regional Leadership of 'Aisiyiah, Tasikmalaya City

Ida Rosidawati^{*}, Nia Restiana¹, Neni Nuraeni¹, Lilis Lismayanti¹, Rosy Rosnawanty¹, Usman Sasyari⁶, Miftahul Falah¹

¹ Nursing Department, Faculty of Health, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya 46191, Indonesia

Article Information

Received: 20 December 2024
Revised: 22 January 2025
Available online: 25 January 2025

Keywords

Aisiyiah; Body Mass Index;
Elderly; Waist Circumference;
Nutritional Status

Correspondence

Phone: (+62)81321008796
E-mail:
ida.rosidawati@umtas.ac.id

Website

<https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/index>

Doi

10.35568/healthcare.v7i1.6164

©The Author(s) 2024

This is an **Open Access** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License

ABSTRACT

Elderly people are a population group that experiences various physiological changes with age that affect nutritional status. Food consumption and the body's utilization of nutrients can be used to estimate nutritional status. The Body Mass Index and Waist Circumference are two methods used to evaluate the nutritional condition of the elderly. This study purpose to determine the nutritional status based on Body Mass Index and Waist Circumference in the elderly in the Aisiyiah regional leadership of Tasikmalaya City. This research method used a descriptive study with a cross-sectional design. The number of samples in this study was 33 elderly people with an accidental sampling technique. Interviews were conducted with the research subjects to obtain age data, then body weight, height and waist circumference were taken. The analysis used univariate analysis, namely frequency distribution. The results of the study showed that the nutritional status of respondents based on BMI was mostly normal, as many as 19 people (58%), while the nutritional status of respondents based on waist circumference was mostly central obesity, as many as 26 people (79%). Although the nutritional status of respondents based on BMI was mostly normal, most of the respondents' waist circumference experienced central obesity. This deserves attention, because central obesity can increase the risk factors for metabolic and cardiovascular disorders, therefore it is recommended that waist circumference can be reduced.

PENDAHULUAN

Globalisasi saat ini menunjukkan peningkatan populasi pada lansia. Jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas di dunia meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar pada tahun 2024. Bahkan, pada tahun 2050, jumlah penduduk berusia 60 tahun ke

atas di dunia akan dua kali lipat, atau 2,1 miliar, sesuai dengan proyeksi. Selain jumlah dan proporsi lansia secara keseluruhan yang meningkat seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup, proporsi lansia tua (80 tahun ke atas) juga meningkat. Dari tahun 2020 hingga 2050, diperkirakan akan

meningkat tiga kali lipat hingga mencapai 426 juta orang. Selain itu, data tersebut memperkirakan bahwa dua pertiga orang di atas 60 tahun di dunia akan tinggal di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah pada tahun 2050 (WHO, 2024).

Indonesia saat ini telah berada pada struktur penduduk tua (*ageing population*), tepatnya Indonesia bahkan telah memasuki *ageing population* sejak tahun 2021 silam. Selama satu dekade terakhir (2015, 2024) persentase lansia Indonesia mengalami peningkatan hampir 4 persen sehingga menjadi 12,00 persen. Umur harapan hidup juga menunjukkan tren peningkatan dari 70,78 tahun di tahun 2015 menjadi 72,39 tahun di tahun 2024. Angka ini menggambarkan setidaknya setiap penduduk yang lahir di tahun 2024 berharap memiliki kesempatan hidup sampai dengan usia 72 tahun (BPS, 2024).

Lansia merupakan kelompok populasi yang mengalami berbagai perubahan fisiologis seiring bertambahnya usia yang berdampak pada status gizi. Salah satu cara untuk menilai status gizi pada orang lanjut usia adalah dengan menggunakan antropometri, jenis pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), untuk menilai asupan makanan dan penggunaan zat gizi tubuh. Suatu upaya untuk meningkatkan Usia Harapan Hidup (UHH) adalah penentuan gizi (Muzaqi et al., 2022).

Lansia sering dihubungkan dengan status gizi berlebih atau obesitas, meningkatkan faktor risiko gangguan metabolik dan sistem kardiovaskular. Obesitas dapat dinilai dari pengukuran lingkar perut karena lingkar perut menggambarkan status gizi pada daerah abdominal (obesitas sentral) (Assyura et al., 2024). Hal ini menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kebutuhan gizi lansia untuk mencegah masalah kesehatan yang sering kali muncul di usia lanjut, seperti penyakit degeneratif, penurunan kognitif, malnutrisi, dan obesitas. (Kemenkes, 2023; Layla & Wati, 2017; Satyarsa & Putra, 2021) Beberapa hasil penelitian terkait status gizi secara umum

berdasarkan hasil penelitian (Fitria & Farapti, 2023) menunjukkan status gizi orang dewasa berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh), yaitu 9 orang dewasa mengalami keadaan gizi kurang, 31 orang mengalami keadaan gizi normal, dan 20 orang mengalami keadaan gizi yang lebih baik. Sedangkan status gizi pada lansia wanita yaitu penelitian (Langingi, 2021), yang menunjukkan bahwa 18,5% wanita muda yang kurang berat badan, dan 81,5% wanita tua. Wanita kelebihan berat badan terletak pada 64,6% di kelompok usia 60-69 tahun, dan 35,4% di kelompok usia 70 tahun ke atas. Penelitian lain menemukan bahwa wanita dengan status gizi buruk lebih rentan terkena hipertensi (Adistira et al., 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi lansia di pimpinan daerah Aisyiyah Kota Tasikmalaya. 'Aisyiyah adalah organisasi perempuan Persyarikatan Muhammadiyah merupakan gerakan Islam, dakwah amar makruf nahi munkar dan tajdid, yang berasas Islam serta bersumber kepada Alqur'an dan As-Sunah (Pimpinan Pusat Aisyiyah, 2012).

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya menyediakan database terkait status gizi lansia di Kota Tasikmalaya, khususnya ibu-ibu aisyiyah, sehingga bisa dijadikan data dasar untuk menggali faktor-faktor yang berkontribusi terhadap status gizi, intervensi yang lebih efektif dan berbasis bukti dapat dirancang untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi pembuat kebijakan untuk mengembangkan program kesehatan yang lebih tepat sasaran, khususnya dalam menghadapi tantangan demografis di masa depan.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan studi deskriptif dengan desain cross-sectional. Penelitian dilakukan di Pimpinan Daerah Aisyiyah Kota Tasikmalaya. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 33 orang lansia dengan teknik *accidental sampling*. Kepada

subjek penelitian dilakukan wawancara untuk mendapat data usia, kemudian dilakukan pengukuran berat badan, tinggi badan dan lingkar perut. Analisa yang digunakan adalah analisa univariat yaitu distribusi frekuensi.

HASIL

Hasil Penelitian mendapatkan data sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Status Gizi Responden Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

Status Gizi	N	%
Kurus (17-<18,5)	1	3
Normal (18,2-25,0)	19	58
Gemuk (25,1-27,0)	7	21
Obesitas (> 27)	6	18
Total	33	100

Sumber: Data Primer, 2024.

Tabel 1 menunjukkan status gizi responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh sebagian besar normal sebanyak 19 orang (58%), gemuk sebanyak 7 orang (21%), obesitas sebanyak 6 orang (18%), dan kurus sebanyak 1 orang (3%).

Tabel 2 Distribusi Status Gizi Responden Berdasarkan Lingkar Perut

Status Gizi	N	%
Normal (<80 cm))	7	21
Obesitas Sentral (≥80 cm)	26	79
Total	33	100

Sumber: Data Primer, 2024.

Tabel 2 menunjukkan status gizi responden berdasarkan lingkar perut sebagian besar obesitas sentral sebanyak 26 orang (79%), dan normal sebanyak 7 orang (21%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan status gizi responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh sebagian besar normal sebanyak 19 orang (58%), gemuk sebanyak 7 orang (21%), obesitas sebanyak 6 orang (18%), dan kurus sebanyak 1 orang (3%). Sejalan penelitian (Fitria & Farapti, 2023), menunjukkan bahwa gambaran status gizi lansia berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki status gizi normal sebanyak 31 lansia (51,7%). Berbeda dengan hasil penelitian (Assyura et

al., 2024) yang menunjukkan bahwa Mayoritas subjek penelitian memiliki status gizi dengan kategori sangat gemuk (46,3%). Lansia merupakan kelompok populasi yang mengalami berbagai perubahan fisiologis seiring bertambahnya usia yang berdampak pada status gizi. Indeks Massa Tubuh (IMT), yang mencakup tiga kategori otot, lemak, dan tulang, adalah biomarker yang digunakan untuk mengukur status gizi seseorang. Status gizi dapat dinilai dengan antropometri dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Erviani et al., 2024).

Asumsi peneliti dari hasil penelitian ini dimana status gizi berdasarkan IMT sebagian besar normal, hal tersebut menunjukkan bahwa berat badan mereka berada dalam rentang yang sesuai dengan tinggi badan mereka. Hal ini menandakan keseimbangan antara asupan energi dari makanan dan pengeluaran energi untuk aktivitas sehari-hari. Dimana ibu-ibu Aisyiyah masih aktif beraktivitas seperti menghadiri berbagai pengajian di beberapa tempat dan kegiatan sosial lainnya.

Hal tersebut menjadi kabar baik karena Kualitas hidup lansia dengan status gizi normal lebih baik dua puluh kali dibandingkan dengan lansia dengan status gizi tidak normal (Aulia et al., 2017), sehingga perlu dipertahankan agar dapat meningkatkan kualitas hidup.

Tabel 2 menunjukkan status gizi responden berdasarkan lingkar perut sebagian besar obesitas sentral sebanyak 26 orang (79%), dan normal sebanyak 7 orang (21%). Sejalan dengan penelitian (Assyura et al., 2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki lingkar perut dengan kategori obesitas sentral (85,4%) dibandingkan normal (14,6%).

Lansia sering dihubungkan dengan status gizi berlebih atau obesitas. Obesitas merupakan suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak berlebih di dalam tubuh. (Sofa, 2018). Obesitas dapat dinilai dari pengukuran lingkar perut karena lingkar perut menggambarkan status gizi pada

daerah abdominal (obesitas sentral) (Assyura et al., 2024; Shafa et al., 2022)

Peningkatan risiko penyakit degeneratif juga dikaitkan dengan obesitas sentral, yang didefinisikan sebagai penumpukan lemak di perut yang diukur dengan indikator lingkaran perut. Lemak tubuh yang terkumpul di bagian tengah tubuh dan menutupi organ internal disebut lemak visceral. Peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler, sindrom metabolik (hipertensi, dislipidemia, dan diabetes tipe II), dan resistensi insulin dikaitkan dengan kelebihan lemak visceral (Fitria & Farapti, 2023; Pakpahan et al., 2021; Shafa et al., 2022; Sofa, 2018).

Penurunan berat badan pada wanita lanjut usia yang overweight mungkin membantu meningkatkan harapan hidup sehat karena orang lanjut usia yang overweight memiliki risiko kesehatan yang lebih tinggi dan harapan hidup yang lebih rendah (Khasana et al., 2020). Asumsi peneliti dari hasil penelitian ini dimana status gizi berdasarkan lingkaran perut sebagian besar mengalami obesitas sentral karena dengan bertambahnya usia, massa otot cenderung berkurang, sementara massa lemak cenderung meningkat. Lemak ini sering kali terakumulasi di area perut. Selain itu juga, Pada perempuan lansia, menurunnya kadar hormon estrogen setelah menopause dapat meningkatkan akumulasi lemak di area perut. Kondisi ini penting untuk diperhatikan karena obesitas sentral berhubungan dengan risiko tinggi penyakit kardiovaskular, diabetes tipe 2, dan gangguan metabolik lainnya. Oleh karena itu, pendekatan yang terintegrasi, seperti menjaga pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, dan memantau kesehatan secara rutin, diperlukan untuk mengelola kondisi ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi responden berdasarkan IMT sebagian besar normal sebanyak 19 orang (58%), gemuk sebanyak 7 orang (21%), obesitas sebanyak 6 orang (18%), dan kurus sebanyak 1 orang (3%). Sedangkan status gizi responden

berdasarkan lingkaran perut sebagian besar obesitas sentral sebanyak 26 orang (79%), dan normal sebanyak 7 orang (21%).

Walaupun status gizi responden berdasarkan IMT sebagian besar normal, akan tetapi lingkaran perut pasien sebagian besar mengalami obesitas sentral. Hal ini patut menjadi perhatian, karena obesitas sentral dapat meningkatkan faktor risiko gangguan metabolik dan sistem kardiovaskular, sehingga disarankan agar lingkaran perut bisa dikurangi.

REFERENSI

- Adistira, R. M., Komala, R., Abdullah, -, & Muharramah, A. (2022). Hubungan Status Gizi, Persen Lemak Tubuh, RLPP, dan Asupan Natrium dengan Hipertensi pada Wanita Lansia. *Jurnal Gizi*, 11(2), 60. <https://doi.org/10.26714/jg.11.2.2022.60-67>
- Assyura, F., Firdawati, F., Asterina, A., Yulia, D., Mahata, L. E., & Welan, R. (2024). Korelasi Indeks Massa Tubuh dan Lingkaran Perut dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v5i1.1078>
- Aulia, M., Rahmiwati, A., & Sitorus, R. J. (2017). Correlation Between Nutritional Status and Quality of Life Among Elderly in Warga Tama Indralaya Social Institutions. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 208–213. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.208-213>
- BPS. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*. 21, 1–273.
- Erviani, A. S., Abdullah, Khairani, M. Di., & Muharramah, A. (2024). Hubungan Karakteristik dengan Status Gizi Lanjut Usia di Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Gizi Aisyah*, 7(1), 23–31.
- Fitria, A. N., & Farapti, F. (2023). Gambaran Status Gizi terhadap Riwayat Sindrom Metabolik pada Lansia di UPTD Griya Werdha Surabaya. *Media Gizi Kemas*, 12(2), 773–778.

- <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.773-778>
- Kemenkes. (2023). *Pemantauan Status Gizi Pada Lansia*. Jakarta. Kemenkes
- Khasana, T. M., Kertia, N., & Probosuseno, P. (2020). Kualitas hidup lansia hipertensi dengan overweight dan tidak overweight. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(1), 43. <https://doi.org/10.22146/ijcn.38913>
- Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(1), 46. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i01.p07>
- Layla, J. I., & Wati, D. N. K. (2017). Penurunan Fungsi Kognitif Dapat Menurunkan Indeks Massa Tubuh Lansia Di Pstw Wilayah Dki Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(2), 128–132. <https://doi.org/10.7454/jki.v20i2.489>
- Muzaqi, K. A., Junaidi, A., & Saputra, W. A. (2022). Klasifikasi Status Gizi Pada Lansia Menggunakan Learning Vector Quantization 3 (LVQ 3). *Journal of Dinda: Data Science, Information Technology, and Data Analytics*, 2(1), 28–36. <https://doi.org/10.20895/dinda.v2i1.272>
- Pakpahan, K. R., Nadiyah, N., Harna, H., Sa'pang, M., & Wahyuni, Y. (2021). Hubungan Antara Tingkat Kecukupan Lemak Tidak Jenuh Tunggal, Mineral, Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posbindu Ptm Puskesmas Tajur Kota Tangerang. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 12(2), 143–152. <https://doi.org/10.22435/mgmi.v12i2.2962>
- Pimpinan Pusat Aisyiyah. (2012). *Anggaran Rumah Tangga ' Aisyiyah*. Pimpinan Pusat Aisyiyah.
- Ridha, R., Laras, N. L., Aldreyn, A. F., Simanjuntak, A. M., Rhamadany, C. C., Mildsi, A. R., & Alona, I. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Pasien Lansia di Puskesmas Medan Amplas pada Tahun 2023. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 5(1), 30–38. <https://doi.org/10.32734/scripta.v5i1.13806>
- Satyarsa, A. B. S., & Putra, D. K. A. (2021). Penurunan Indeks Massa Tubuh (Imt) Berhubungan Status Kognisi Buruk Pada Lansia. *Al-Iqra Medical Journal: Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran*, 4(1), 26–30. <https://doi.org/10.26618/aimj.v4i1.3418>
- Shafa, E., Maurika, A., & Kumala, M. (2022). Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Yayasan Panti Werda Hana Dan Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologis Klinis*, 02(02), 127–132.
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), 228. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.228-236>
- WHO. (2024). *Ageing and health*. Gueneva. WHO