

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEMANDIRIAN *ACIVITY DAILY LIVING*
(*ADL*) TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KELURAHAN
MOJO, KECAMATAN GUBENG, KOTA SURABAYA**



ANGGER RAHMADANI PUTRI

2224201082

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEMANDIRIAN *ACIVITY DAILY LIVING*
(*ADL*) TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KELURAHAN
MOJO, KECAMATAN GUBENG, KOTA SURABAYA**



ANGGER RAHMADANI PUTRI

2224201082

Dosen Pembimbing I

Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 001

Dosen Pembimbing II

Anndy Prastya, S.Kep. Ns., M.Kep
NIK. 220 250 092

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto:

Nama : Angger Rahmadani Putri

NIM : 2224201082

Program Studi : S1 Ilmu Ilmu Keperawatan

Setuju/tidak setuju naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan mendapat arahan dari pembimbing , dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum

Mojokerto, April 2024



Angger Rahmadani Putri

NIM 2224201082

Mengetahui,

Dosen Pembimbing I



Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 001

Dosen Pembimbing II



Anndy Prastya, S.Kep. Ns., M.Kep
NIK. 220 250 092

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEMANDIRIAN *ACIVITY DAILY LIVING*
(ADL) TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DI KELURAHAN
MOJO, KECAMATAN GUBENG, KOTA SURABAYA**

Angger Rahmadani Putri

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan

E - mail :

Abstrak - Lanjut usia ialah bagian akhir dari tahap kehidupan orang yang bisa dipengaruhi menurunnya keahlian ide serta raga dengan terdapatnya Sebagian pergantian yang terjadi dalam kehidupan lanjut usia karena suatu proses penuaan. Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin dengan hasil sebanyak 83 sampel. Pada penelitian ini menggunakan Analisis bivariat menggunakan uji statisti *Rank Spearman*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi status gizi, Tingkat kemandirian ADL, kualitas hidup lansia di Wilayah Kelurahan Mojo. Serta mengidentifikasi Hubungan Status gizi dan kemandirian ADL terhadap kualitas hidup. Hasil penelitian lansia di wilayah kelurahan mojo mempunyai status gizi normal sebanyak 37 responden (44,6%), Tingkat kemandirian *Activity Daily Living* ketergantungan ringan sebanyak 27 responden (32,5%), dan kualitas hidup lansia mempunyai kualitas hidup sangat baik 39 responden (47,9%). Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Status Gizi didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi terhadap Kualitas Hidup. Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Kemandirian ADL didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000 bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kemandirian ADL terhadap Kualitas Hidup pada Lansia. Pada hasil penelitian masih didapatkan status gizi responden kurus dan Tingkat kemandirian ADL responden ketergantungan moderat/ berat. Maka dari itu diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan cara mengkosumsi makanan yang bergizi, kebiasaan mengatur pola makan dengan berdasarkan jenis bahan makanan sumber protein, sayur dan buah. Mengurangi stress pada lansia dan meningkatkan aktivitas sehari-hari.

Kata kunci: Lansia, Status Gizi, Kemandirian ADL, Kualitas Hidup

Abstract - Elderly is the final part of a person's life stage which can be influenced by the decline in mental and physical abilities due to several changes that occur in the lives of older people due to the aging process. This research uses a quantitative design with a cross sectional approach. Sampling used the Slovin formula with results of 83 samples. In this study, bivariate analysis was used using the Spearman Rank statistical test The aim of this research is to identify nutritional status, level of independence in ADL, quality of life of elderly people in the Mojo Village area. As well as identifying the relationship between nutritional status and ADL independence on quality of life. Research results: Most of the elderly in the Mojo sub-district area have normal

nutritional status, 37 respondents (44.6%), the level of independence, activity, daily living, light dependency, 27 respondents (32.5%), and the quality of life of the elderly, 39 have a very good quality of life. respondents (47.9%). Based on the results of the Spearman correlation test on the Nutritional Status variable, a significance or Sig (2-tailed) value of 0.000 was obtained, so it can be concluded that there is a significant relationship between Nutritional Status and Quality of Life. Based on the results of the Spearman correlation test on the ADL Independence variable, a significance value or Sig (2-tailed) of 0.000 was obtained, indicating that there is a significant relationship between ADL Independence and Quality of Life in the Elderly. The results of the research still showed that the nutritional status of the respondents was thin and the ADL independence level of the dependent respondents was moderate/severe. Therefore, it is necessary to improve the quality of life of the elderly by consuming nutritious food, the habit of adjusting their diet based on the types of food sources of protein, vegetables and fruit. Reduces stress in the elderly and increases daily activities.

Keywords: Elderly, Nutritional Status, Independence Activity Daily Living, Quality of Life

PENDAHULUAN

Berbagai perkembangan di aspek ekonomi, ilmu pengetahuan serta teknologi, aspek kedokteran serta perbaikan lingkungan hidup akan meningkatkan kualitas hidup, Kesehatan, serta tingkatan jumlah Impian hidup, maka jumlah Masyarakat lanjut usia akan terus bertambah. Lanjut usia ialah cara alami yang pasti serta tidak bisa di jauhi oleh orang. Lanjut usia ialah bagian akhir dari tahap kehidupan orang yang bisa pengaruhi menurunnya keahlian ide serta raga dengan terdapatnya Sebagian pergantian yang terjadi dalam kehidupan lanjut usia karena suatu proses penuaan (Pratintya *et al*, 2014). Kualitas hidup adalah Tingkat kepuasan atau ketidakpuasan yang dirasakan seseorang tentang berbagai aspek dalam kehidupannya. Kualitas hidup termasuk kemandirian, privasi, pilihan, penghargaan dan kebebasan bertindak. Kualitas hidup pada lansia dikategorikan menjadi tiga bagian yaitu kesejahteraan fisik, kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan interpersonal (Ekasari *et al.*, 2018). Berdasarkan pada Badan Pusat Statistik tahun 2023 jumlah lansia yang berada di Indonesia sebesar 29,65 Juta Jiwa. Badan pusat Statistik Melaporkan presentase penduduk lanjut usia di Indonesia sebesar 11,75% pada tahun 2023. Angka tersebut naik 1,27% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Jawa Timur menempati posisi nomor sebaran presentase penduduk lansia di 34 provinsi yaitu sebesar 15.57%.

Dari hasil Studi penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 8 Januari 2024 dilakukan wawancara kepada petugas puskesmas dan kader puskesmas yang berada di wilayah kelurahan Mojo Surabaya terdapat 532 lansia yang tersebar di kelurahan Mojo Surabaya. Menurut para kader puskesmas yang berada di wilayah tersebut permasalahan lansia ialah berhubungan dengan makanan yang dikonsumsi oleh lansia, di wilayah tersebut terdapat program dari pemerintah lansia mendapat jatah makan 3x sehari tetapi menu tersebut jarang dikonsumsi seluruhnya oleh lansia sehingga jatah makan 3x sehari diganti dengan bantuan langsung tunai sejumlah 200 ribu perbulan. Menurut para lansia nominal tersebut tidak cukup untuk konsumsi selama satu bulan. Di setiap minggu di balai rw kelurahan tersebut diadakan pertemuan lansia/posyandu lansia tetapi kehadiran lansia pada kegiatan tersebut tidak sesuai dengan jumlah lansia yang terdapat di wilayah tersebut.

Proses penuaan pada lansia menyebabkan munculnya degenerasi pada lansia baik secara fisik maupun secara mental yang mempengaruhi pada kulit hidup pada lansia. Status gizi erat kaitannya dengan Kesehatan lanjut usia. Lanjut usia mempunyai efek besar kepada malnutrisi. Berdasarkan data Riskesdas (2018) menunjukkan persentase status gizi lansia di Indonesia yang kurus adalah sebanyak 11,7% untuk usia 60-64 tahun dan 20,7% untuk usia diatas 65 tahun. Lansia dengan status gizi obesitas pada usia 60-64 tahun adalah 19,3% dan diatas 65 tahun adalah 11,9%.

Saat ini kualitas hidup telah menjadi komponen penting dari surveilans Kesehatan masyarakat dan dianggap sebagai indikator masa depan yang valid, karenanya penilaian kualitas hidup sangat penting dilakukan pada lansia (Cioffi *et al*, 2020). Kualitas hidup mengukur persepsi subjektif Kesehatan terhadap penilaian objektif fungsi dan status Kesehatan, menjadikannya unik sedemikian rupa sehingga dua individu dengan status Kesehatan yang sama dapat memiliki kualitas hidup yang berbeda, berdasarkan harapan mereka, dan ketahanan terhadap Kesehatan atau penyakit, status sosial ekonomi, usia dan dukungan sosial.

Berdasarkan fenomena dan hasil analisis terhadap kondisi yang diuraikan diatas, maka peneliti ingin meninjau lebih jauh hubungan status gizi dan kemandirian ADL terhadap kualitas hidup pada lansia di kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng Kota Surabaya

METODE PENELITIAN

Desain penelitian pada Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah Lansia berusia 60 tahun keatas yang berada di wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya. Pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin dengan hasil sebanyak 83 sampel. Pada penelitian ini terdapat 2 variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel Independen pada penelitian ini adalah Status Gizi dan kemandirian ADL sedangkan untuk Variabel dependen adalah Kualitas Hidup. Teknik pengumpulan Data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan 2 kuesioner untuk Data kemandirian ADL menggunakan Kuesioner Bartel Index dan untuk Data Kualitas Hidup menggunakan Kuesioner OPQoL sedangkan data tentang status gizi melakukan pengukuran secara langsung dengan IMT. Teknik uji analisis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *rank Spearman*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4. 1 Data klasifikasi usia lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Usia		
a. Lanjut usia (60-74 tahun)	71	85,5%
b. Lanjut usia tua (75-90 tahun)	12	14,5%
Total	83	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas dari 83 responden menunjukkan hampir seluruhnya klasifikasi lanjut usia sebanyak 71 responden (85,5%), kelompok lanjut usia tua sebanyak 12 responden (14,5%).

Tabel 4. 2 Data jenis kelamin lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Jenis kelamin		
a. Laki-laki	32	38,5%

b. Perempuan	51	61,5%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel 4. 2 diatas dari 83 responden jenis kelamin Sebagian besar lansia adalah Perempuan sebanyak 51 responden (61,5%) dan laki-laki sebanyak 32 responden (38,5).

Tabel 4. 3 Data tingkat pendidikan lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Tingkat pendidikan		
a. SD	23	27,7%
b. SMP	37	44,5%
c. SMA	18	21,6%
d. D3/SARJANA	5	6,2%
Total	83	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas dari 83 responden Tingkat Pendidikan lansia hamper setengahnya SMP sebanyak 37 responden (44,5%), SD 23 responden (27,7%), Sebagian kecil SMA sejumlah 18 responden (21,6%) dan D3/ Sarjana sejumlah 5 responden (6,2%).

Tabel 4. 4 Data Status gizi Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Klasifikasi IMT		
a. Kurus = < 18,5	21	25,3%
b. Normal = 18,5-25,0	37	44,6%
c. Gemuk = 25,1-27,0	18	21,7%
d. Obesitas = > 27,0	7	8,3%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel 4. 4 diatas dari 83 responden status gizi Sebagian kecil status gizi lansia kurus $IMT < 18,5$ sebanyak 21 responden (25,3), status gizi gemuk 18 responden (21,7%), status gizi obesitas sebanyak 7 responden (8,3%) dan hampir setengahnya status gizi normal 37 responden (44,6%).

Tabel 4. 5 Data tingkat Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Tingkat kemandirian		
a. Ketergantungan penuh	9	10,8%
b. Ketergantungan berat	11	13,3%
c. Ketergantungan moderat	20	24,1%
d. Ketergantungan ringan	27	32,5%
e. mandiri	16	19,3%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dari 83 responden Tingkat kemandirian ketergantungan penuh Sebagian kecil sejumlah 9 responden (10,8%), Tingkat kemandirian ketergantungan berat sejumlah 11 responden (13,3%), ketergantungan moderat 20 responden (24,1%), hamper setengahnya ketergantungan ringan sejumlah 27 responden (32,5%) dan tingkat kemandirian mandiri 16 responden (19,3%).

Tabel 4. 6 Data Kualitas hidup lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Karakteristik	Frekuensi	Persentase(%)
Tingkat kualitas hidup		
a. Kualitas hidup sangat buruk	6	7,2%
b. Kualitas hidup buruk	27	32,5%
c. Kualitas hidup baik	11	13,3%
d. Kualitas hidup sangat baik	39	47,0%
Total		100%

Berdasarkan tabel 4. 6 dari 83 responden hampir setengahnya lansia mempunyai kualitas hidup sangat baik sejumlah 39 responden (47,9%), Sebagian kecil lansia mempunyai kualitas hidup sangat buruk sejumlah 6 responden (7,2%), lansia dengan kualitas hidup buruk sejumlah 27 responden (32,5%) dan lansia dengan kualitas hidup baik sejumlah 11 responden (13,3%).

Tabel 4. 7 Tabulasi silang data Status Gizi dan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Status Gizi	Kualitas Hidup				Total
	Sangat Buruk	Buruk	Baik	Sangat Baik	
Kurus	0	1	4	16	21
Normal	0	17	2	18	37
Gemuk	1	7	5	5	18
Obesitas	5	2	0	0	7
Jumlah Total					83

Berdasarkan tabel 4.7 diatas para lansia di wilayah Kelurahan Mojo mempunyai status Gizi kurus dan kualitas hidup sangat baik 16 responden. Status gizi normal dengan kualitas hidup sasngat baik 18 responden. Status gizi gemuk dengan kualitas hidup buruk 7 responden dan status gizi obesitas kualitas hidup sangat buruk 5 responden.

Tabel 4. 8 Tabulasi silang data Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) dan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Kemandirian ADL	Kualitas Hidup				Total
	Sangat Buruk	Buruk	Baik	Sangat Baik	
Ketergantungan Penuh	2	7	0	0	9
Ketergantungan Berat	4	5	2	0	11
Ketergantungan	0	8	6	6	20

Moderat					
Ketergantungan					
Ringan	0	2	3	22	27
Mandiri	0	5	0	11	16
Jumlah Total					83

Berdasarkan tabel 4. 8 diatas kemandiran ADL ketergantungan penuh mempunyai kualitas hidup buruk sejumlah 7 responden, Tingkat ketergantungan berat mempunyai kualitas hidup buruk 5 responden, ketergantungan moderat dengan kualitas hidup buruk 8 responden, ketergantungan ringan mempunyai kualitas hidup sangat baik 22 responden dan mandiri mempunyai kualitas hidup sangat baik 11 responden.

Hubungan Status gizi terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Status Gizi didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000. Karena nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.000 <$ dari nilai 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa Tolak H_0 , artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024. Koefisien Korelasi sebesar -0.514 menunjukkan tingkat kekuatan hubungan antara variabel Status Gizi terhadap Kualitas Hidup adalah hubungan yang kuat, selain itu koefisien korelasi yang bernilai negatif sebesar -0.514 menunjukkan hubungan antara Status Gizi terhadap Kualitas Hidup adalah hubungan yang negatif, artinya jika Status Gizi makin mendekati Normal atau Kurus maka Kualitas Hidup Makin baik atau Sangat Baik pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024 dan sebaliknya.

Pada penelitian Rosiana, Ernawati (2018) dengan p value hubungan status gizi dengan kualitas hidup sebesar 0,042 dan signifikan dengan demikian status gizi mempengaruhi kualitas hidup lansia. Status gizi lansia pada umumnya dipengaruhi oleh asupan makanan, kurangnya pengetahuan akan pentingnya gizi yang baik. Sedangkan kualitas hidup dipengaruhi oleh masalah penyakit, kegelisahan tidur dan beristirahat. Bagi lansia pemenuhan kebutuhan gizi yang diberikan dengan baik dapat membantu dalam proses beradaptasi atau menyesuaikan dengan perubahan yang dialaminya.

Sejalan dengan penelitian rosiana bahwa status gizi merupakan salah satu faktor dalam kualitas hidup lansia dari hasil penelitian yang dilakukan lansia yang berada di wilayah kelurahan Mojo mempunyai hampir setengah lansia mempunyai status gizi normal dan mempunyai kualitas hidup yang sangat baik. Maka dari itu penting sekali bagi lansia untuk menjaga status gizi atau asupan nutrisi dalam kehidupan sehari-hari guna menjaga kualitas hidup.

Hubungan Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya

Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Kemandirian ADL didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000. Karena nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.000 <$ dari nilai 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa Tolak H_0 , artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Kemandirian ADL terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024. Koefisien Korelasi sebesar 0.610 menunjukkan tingkat kekuatan hubungan antara variabel Kemandirian ADL terhadap Kualitas Hidup adalah hubungan yang kuat, selain itu koefisien korelasi yang bernilai positif sebesar 0.610 menunjukkan hubungan antara Kemandirian ADL terhadap Kualitas Hidup adalah hubungan yang positif, artinya jika Kemandirian ADL makin mendekati Mandiri atau Ketergantungan Ringan maka Kualitas Hidup Makin baik atau Sangat Baik pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024 dan sebaliknya.

Activity Daily living (ADL) merupakan aktivitas yang biasanya dilakukan dalam sepanjang hari normal. Aktivitas tersebut mencakup ambulasi, makan, berpakaian, kamar mandi, dan berhias. Kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari menggambarkan Tingkat fungsional (mandiri dan ketergantungan). Kemandirian lansia dalam menjalankan seluruh aktivitasnya dipengaruhi oleh beberapa faktor (Supriyatno & Fadilah, 2016).

Sejalan dengan penelitian mahtiar *et al* (2017) di rojinhome Toyomi Okinawa Jepang Sebagian lansia pada kategori 75-90 tahun dengan Sebagian besar lansia sebanyak 15 orang (72%) termasuk dalam ketergantungan Sebagian. Hal ini dikarenakan rata-rata setiap *Activity Daily Living* pada lansia seperti makan dapat dilakukan mandiri, kegiatan mandi dan perawatan diri lansia memiliki

ketergantungan dan perlu bantuan, untuk berpakaian lansia memiliki ketergantungan Sebagian, aktivitas BAK dan BAB masih terkontrol penuh akan tetapi untuk toileting masih perlu bantuan.

Peneliti berasumsi bahwa Sebagian besar responden berada pada kategori ketergantungan moderat dan ketergantungan ringan pada usia 60-74 tahun responden belum mengalami kemunduran pada fungsi gerak atau status fungsional. Semakin bertambahnya usia fungsi tubuh pun mengalami kemunduran sehingga lansia lebih mudah terganggu kesehatannya dan memerlukan bantuan orang lain untuk pemenuhan *Activity Daily Living*. Semakin tinggi usia seseorang maka akan semakin menurun dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, proses penuaan dan perubahan yang terjadi pada lansia juga mempengaruhi lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini mengakibatkan pula timbulnya gangguan dalam hal mencukupi kebutuhan hidupnya sehingga dapat mengakibatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain. Upaya untuk meningkatkan kemandirian aktivitas sehari-hari lansia perlu adanya peran serta keluarga dan adanya pembinaan Kesehatan. Dari salah satu Upaya tersebut dukungan keluarga merupakan faktor yang paling berperan dalam hal ini.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan terhadap 83 responden lansia yang berada di wilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya tentang Hubungan Status Gizi dan Kemandirian *Acitivity Daily Living* (ADL) terhadap Kualtias Hidup pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya tahun 2024:

1. Dari 83 responden status gizi Sebagian kecil status gizi lansia kurus $IMT < 18,5$ sebanyak 21 responden (25,3), status gizi gemuk 18 responden (21,7%), status gizi obesitas sebanyak 7 responden (8,3%) dan hampir setengahnya status gizi normal 37 responden (44,6%).
2. Dari 83 responden Tingkat kemandirian ketergantungan penuh Sebagian kecil sejumlah 9 responden (10,8%), Tingkat kemandirian ketergantungan berat sejumlah 11 responden (13,3%), ketergantungan moderat 20 responden (24,1%), hamper setengahnya ketergantungan ringan sejumlah 27 responden (32,5%) dan tingkat kemandirian mandiri 16 responden (19,3%).

3. Dari 83 responden hampir setengahnya lansia mempunyai kualitas hidup sangat baik sejumlah 39 responden (47,9%), Sebagian kecil lansia mempunyai kualitas hidup sangat buruk sejumlah 6 responden (7,2%), lansia dengan kualitas hidup buruk sejumlah 27 responden (32,5%) dan lansia dengan kualitas hidup baik sejumlah 11 responden (13,3%).
4. Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Status Gizi didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000. Karena nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.000 <$ dari nilai 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa Tolak H_0 , artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024.
5. Berdasarkan hasil uji korelasi spearman pada variabel Kemandirian ADL didapatkan nilai signifikansi atau Sig (2-tailed) sebesar 0.000. Karena nilai Sig (2-tailed) sebesar $0.000 <$ dari nilai 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa Tolak H_0 , artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Kemandirian ADL terhadap Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya Tahun 2024.

Dari simpulan diatas, saran atau rekomendasi yang peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi penelitian selanjutnya
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber untuk mengembangkan penelitian yang berhubungan dengan status gizi, kemandirian *activity daily living*, kualitas hidup pada lansia
2. Bagi Stikes Mapahit Mojokerto
Bagi institusi pendidikan khususnya program Studi S1 keperawatan Stikes Majapahit Mojokerto diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dalam bidang keperawatan terutama berkaitan dengan keperawatan gerontik, memfasilitasi mahasiswa dalam melakukan penelitian serta memperbanyak referensi buku-buku keperawatan, jurnal atau artikel-artikel keperawatan.
3. Bagi responden
Diharapkan lansia dapat meningkatkan atau memperbaiki status gizi dengan mengkosumsi makanan yang bergizi, kebiasaan mengatur pola makan dengan

berdasarkan jenis bahan makanan sumber protein, sayur dan buah. Mengurangi stress pada lansia dan meningkatkan aktivitas sehari-hari. Serta mengikuti setiap program tentang lansia yang telah diberikan oleh pemerintah.

4. Bagi keluarga lansia

Menyiapkan konsumsi gizi dengan mengatur pola makan dan memperhatikan nilai gizi yang akan di konsumsi oleh lansia dan mendukung setiap kegiatan yang akan dilaksanakan oleh lansia

5. Bagi puskesmas/ kader posyandu

Puskesmas dan para kader pembantu puskesmas diharapkan dapat meningkatkan pelaksanaan program-program kesehatan lansia seperti posyandu lansia guna meningkatkan status gizi lansia, mengidentifikasi status gizi, kemandirian dan kualitas hidup lansia dan memberikan kunjungan kepada keluarga untuk memberikan dukungan kepada keluarga dalam memotivasi untuk membantu dalam meningkatkan status gizi, kemandirian dan kualitas hidup pada lansia. Sebaiknya dilakukan pengukuran dan pencatatan status gizi secara berkala untuk mengetahui status gizi pada lansia dan dilakukan sosialisasi atau koseling mengenai pola

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina. (2021). *Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Huta Sitonggitonggi Desa Lintongnihuta Tahun 2021*. (Online). (<https://repository.stikeselisabethmedan.ac.id> diakses 17 Januari 2024)
- Almatsier, S. (2016). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. GramediaPustaka Utama
- Andesty Dina. (2017). *Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lanjut usia di Panti Griya Werdha Kota Surabaya*. (Online). (<https://repository.unair.ac.id/69494/> diakses 17 Januari 2024)
- Anugrah, Pradhitya. (2017). *Hubungan Tingkat kemandirian Activity Daily Living (ADL) dengan Kualitas Hidup lansia di Kelurahan Karangasem Kecamatan laweyan Surakarta*. (Online). (<https://eprints.ums.ac.id> diakses pada 17 januari 2024)
- Azizah, Lilik ma'rifatul. (2014). *Keperawawan Lanjut Usia*. Jakarta: Graha Ilmu.

- Badan Pusat statistik Indonesia. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022*. (Online). (<http://www.bps.go.id> diakses 17 januari 2024)
- Badan Pusat statistik Indonesia. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*. (Online). (<http://www.bps.go.id> diakses 17 januari 2024)
- Cahyaningtyas, Ratu Nadia. (2018). *Hubungan kemungkinan Kejadian Depresi dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia dengan Pendekatan: BioPsikososialspiritual di Puskesmas Ciputat, Ciputat Timur dan Pondok Ranji*. (Online). (<https://repository.uinjkt.ac.id> diakses pada 4 Februari 2024).
- Fatma, Mia. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagi Strategi Intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Hafni, Syafrida. (2021). *Metodologi Penelitian*. Medan: KBM Indonesia.
- Kodri, & Rahmayati, E. (2016). *Faktor Yang Berhubungan dengan kemandirian Lansia dalam Melakukan Ktivities Sehari-hari*. XII (1). 81-89
- Mardiyana. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan kualitas Hidup Lansia pada Masa New Normal di Posyandu Lansia Duku Kayon Desa Batursari Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak*. (Online). (<https://repository.unissula.ac.id> diakses 6 Februari 2024)
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian ilmu Keperawatan*. Pendekatan Praktis edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, W. (2018). *Keperawatan Gerontik dan Geriatri* (M.Ester(ed)). Buku Kedokteran EGC.
- Risfi, S., & Hasneli. (2019). *Kemandirian Pada Lanjut Usia Psikologi*. 152-165
- Sholekha, Ekatus. (2022). *Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Bogo, Jawa Barat Tahun 2022*. (Online). (<https://repository.binawan.ac.id/1913/> diakses 17 Januari 2024).
- Tarus, Teofaldus. (2021). *Hubungan Antara Pengetahuan Lansia dan Peran Keluarga Dalam Mengatasi Kambuh Rematik Pada Lansia di Puskesmas Dinoyo*. (Online). (<https://repository.widyagamahusada.ac.id> diakses 17 Januari 2024).
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2018). *Mengenal Lebih Dekat Tentang lanjut Usia*. AE Medika Grafika

- Wallace, M., & Shelkey, M. (2008). *Katz Index of Independence in Activities of Daily Living Katz Index of Independence in Activity of Daily Living (ADL)*.
- Wulandari, R. (2014). *Gambaran Tingkat Kemandirian lansia dalam Pemenuhan ADL (Activity Daily Living)*. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*
- Zega, Angenia Itoniat. (2021). *Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kemandirian Lansia dalam Activity Daily Living di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Provinsi Sumatera Utara*. (Online).
(<https://repository.stikeselisabethmedan.ac.id> diakses 6 Februari 2024

