



**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU
NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG,
KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

OLEH :

CARLOS FILIPE DA CRUZ ARAUJO DE SOUSA

NIM 060117A010

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2024**



**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU
NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG,
KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh :

CARLOS FILIPE DA CRUZ ARAUJO DE SOUSA

NIM 060117A010

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU
NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG,
KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG**

Oleh:

CARLOS FILIPE DA CRUZ ARAUJO DE SOUSA

NIM 060117A010

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 15 Agustus 2024

Pembimbing



Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi, Dietisien

NIDN. 0618098601

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU
NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG,
KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG**

Oleh:

CARLOS FILIPE DA CRUZ ARAUJO DE SOUSA

NIM 060117A010

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi Fakultas
Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 29 Agustus 2024

Tim Penguji:

Ketua Penguji

Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi, Dietisien

NIDN. 0618098601

Anggota/Penguji I

Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi, Dietisien

NIDN. 0627038602

Anggota/Penguji 2

Puji Afiatna, S.Gz., M.Gz

NIDN. 0609128903

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Gizi

Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi, Dietisien

NIDN. 0627038602

Dekan Fakultas Kesehatan



Eko Susilo, S.Kep., Ners., M.Kep

NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa

NIM : 060117A010

Program Studi : S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **"GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG, KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG"** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 20 Januari 2025

Yang membuat pertanyaan



Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa)

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa
NIM : 060117A010
Program Studi : S1 Gizi
Fakultas : Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada pihak Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG, KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 20 Januari 2025

Yang membuat pertanyaan



(Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa

Tempat, tanggal lahir : Ume-Noah, 13 November 1993

Jenis Kelamin : Pria

Agama : Katolik

Alamat : Oe-Cussie

Riwayat Pendidikan :

SD : Ngapai

SMP : Padiae

SMA : Sao Minguel

Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Kesehatan
Program Studi S1 Gizi
Skripsi, Januari 2025
Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa, Galeh Septiar Pontang
060117A010

**GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU NGUDI WARAS RW
05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG, KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA
SEMARANG
ABSTRAK**

Latar Belakang: Jumlah penduduk Indonesia semakin tua, dan lanjut usia adalah tahap kehidupan yang tidak terhindarkan dengan banyak perubahan fisik dan mental, termasuk penurunan fungsi dan kemampuan. Kualitas hidup orang tua, yang dipengaruhi oleh kesehatan fisik, hubungan sosial, dan asupan gizi, sangat menentukan kesejahteraan mereka, terutama di daerah pedesaan dan pinggiran kota.

Tujuan: Mengetahui Gambaran Status Gizi Pada Lansia Di Posyandu Ngudi Waras RW 05 Kelurahan Pudakpayung, Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar di Posyandu Ngudi Waras RW 05 Kelurahan Pudakpayung, Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang. Sample yang digunakan *accidental sampling*.

Hasil: Didapatkan dari 71 responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh yang termasuk kategori gizi kurang, gizi baik, dan gizi lebih 2,8%, 45,1%, dan 52,1%. Tekanan darah responden yang termasuk kategori normal, pra-hipertensi, hipertensi grade 1, hipertensi grade 2, hipertensi sistolik terisolasi berturut-turut 15,4%, 22,6%, 21,2%, 32,4%, dan 8,4%. Kadar gula darah sewaktu dalam kategori normal, pra-diabetes, diabetes berturut-turut 56,3%, 38,1%, dan 5,6%.

Simpulan: Responden di Posyandu Ngudi Waras RW 05 Kelurahan Pudakpayung paling banyak memiliki status gizi lebih yaitu 52,1%, paling banyak memiliki tekanan darah hipertensi grade 2 yaitu 32,4%, dan paling banyak kadar gula darah sewaktu normal yaitu 56,3%. Maka dari itu lansia harus menjaga pola makan dan hidup sehat.

Kata Kunci: lansia, gizi, IMT, tekanan darah, gula darah

Ngudi Waluyo University
Faculty of Health
Nutrition Study Program
Final Project, January 2025
Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa
060117A010

***NUTRITION STATUS DESCRIPTION OF THE ELDERLY AT POSYANDU NGUDI
WARAS RW 05 PUDAKPAYUNG VILLAGE, BANYUMANIK DISTRICT,
SEMARANG CITY
ABSTRACT***

Background: *Indonesia's population is getting older, and aging is an inevitable stage of life with many physical and mental changes, including a decline in function and ability. The quality of life of older people, which is influenced by their physical health, social relationships and nutritional intake, determines their well-being, especially in rural and peri-urban areas.*

Objective: *To find out the description of the nutritional status of the elderly at the Ngudi Waras Integrated Health Post RW 05, Pudakpayung Village, Banyumanik District, Semarang City.*

Methods: *This study used a qualitative descriptive research design. The population in this study were all elderly registered at the Ngudi Waras Integrated Health Post RW 05, Pudakpayung Village, Banyumanik District, Semarang City. The sample used was accidental sampling.*

Results: *The 71 respondents based on Body Mass Index were undernourished, well-nourished, and overnourished by 2.8%, 45.1%, and 52.1%, respectively. Blood pressure of respondents in the categories of normal, pre-hypertension, grade 1 hypertension, grade 2 hypertension, isolated systolic hypertension were 15.4%, 22.6%, 21.2%, 32.4%, and 8.4% respectively. Blood sugar levels in the normal, pre-diabetic, diabetic categories were 56.3%, 38.1%, and 5.6%, respectively.*

Conclusion: *Respondents at Posyandu Ngudi Waras RW 05 Kelurahan Pudakpayung had the most nutritional status at 52.1%, the most grade 2 hypertension blood pressure at 32.4%, and the most normal blood sugar levels at 56.3%. Therefore, the elderly must maintain a healthy diet and life.*

Keywords: *Elderly, nutrition, BMI, blood pressure, blood sugar*

KATA PENGANTAR

Namo Buddhaya

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmatNya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Status Gizi pada lansia di posyandu Ngudi Waras RW 05 kelurahan pudakpayung , kecamatan Banyumanik kota Semarang”.

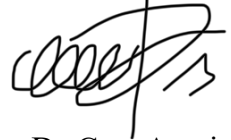
Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan, nasehat dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih serta rasa hormat kepada :

1. Prof. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo dan selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, masukan serta saran dalam proses penyusunan skripsi.
4. Puji Afiatna, S.Gz., M.Gzselaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, masukan serta saran dalam proses penyusunan skripsi.
5. Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi selaku dosen Pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, kritik, saran, masukan serta dukungan selama proses penyusunan skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Ungaran, 20 Januari 2025

Penyusun

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Carlos Filipe', followed by a stylized flourish and a period.

Carlos Filipe Da Cruz Araujo De Sousa

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KESEDIAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
GAMBARAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI POSYANDU NGUDI WARAS RW 05 KELURAHAN PUDAKPAYUNG, KECAMATAN BANYUMANIK, KOTA SEMARANG.....	viii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Lansia.....	6
2. Status Gizi.....	7
B. Kerangka Teori	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Design Penelitian.....	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
C. Subjek Penelitian.....	23
D. Definisi operasional.....	25
E. Prosedur Penelitian.....	27

F. Etika Penelitian.....	29
G. Pengolahan data.....	30
H. Analisis Data	32
BAB IV HASIL & PEMBAHASAN.....	33
A. Gambaran Umum	33
1. Gambaran umum objek penelitian.....	33
2. Karakteristik responden.....	34
B. Hasil dan pembahasan	34
C. Keterbatasan penelitian	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....	43
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Teori.....	22
----------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Golongan Usia Lansia Menurut WHO	6
Tabel 2. 2. Status Gizi Berdasakan IMT	8
Tabel 2. 3. Kategori Tekanan Darah.....	10
Tabel 2. 4. Kategori Gula Darah Sewaktu	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	47
Lampiran 2. Master Data	48
Lampiran 3. Hasil Analisis.....	68
Lampiran 4. Studi Pendahuluan.....	69
Lampiran 5 Dokumentasi.....	70