

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DESA PALIPI SOREANG
KABUPATEN MAJENE**Fredy Akbar K¹ , Syamsidar², Adi Hermawan³¹Program Studi Ners STIKes Marendeng Majene²Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju³STIKES Amanah Makassar**ARTICLE INFO****Article history**

Submitted : 2026-04-21

Revised : 2026-05-14

Accepted : 2026-05-18

Keywords:

Elderly;

Nutritional status;

quality of life;

WHOQOL-BREF

ABSTRACT

The growing elderly population presents significant challenges to health status and well-being. Aging triggers physiological shifts leading to malnutrition risks, which subsequently decreases physical function and social interactions. Objective: This study aimed to analyze the relationship between nutritional status and the quality of life (QoL) among the elderly in Palipi Soreang Village, Majene Regency. Methods: An analytic observational design with a cross-sectional approach was employed. A sample of 60 elderly individuals was selected using purposive sampling. Nutritional status was assessed using Body Mass Index (BMI), while quality of life was evaluated using the standardized WHOQOL-BREF instrument covering physical, psychological, social, and environmental domains. Data were analyzed using the Chi-Square test ($\alpha=0.05$). Results: The findings revealed that the majority of respondents had a normal nutritional status (55%) and a good quality of life (60%). Statistical analysis confirmed a significant relationship between nutritional status and QoL with a p-value of 0.003 ($p < 0.05$) and an Odds Ratio (OR) of 4.54, indicating that elderly individuals with normal nutritional status are 4.54 times more likely to have a better quality of life compared to those with abnormal nutritional status. Elderly individuals with normal nutritional status were more likely to have a better quality of life compared to those with undernutrition (25%) or overnutrition (20%). Conclusion: Nutritional status is a critical predictor of the elderly's quality of life. Appropriate nutritional interventions and routine health

Kata Kunci:

Lansia;

Status gizi;

Kualitas hidup;

WHOQOL-BREF

This is an open access
article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
license:

**ABSTRAK**

Peningkatan populasi lansia membawa tantangan signifikan terhadap status kesehatan dan kesejahteraan. Proses penuaan memicu perubahan fisiologis yang berdampak pada risiko malnutrisi, yang kemudian menurunkan fungsi fisik dan interaksi sosial. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia di Desa Palipi Soreang, Kabupaten Majene. Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 60 lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Status gizi diukur melalui Indeks Massa Tubuh (IMT), sementara kualitas hidup dinilai menggunakan instrumen standar WHOQOL-BREF yang mencakup domain fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* ($\alpha=0,05$). Hasil: Temuan menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki status gizi normal (55%) dan kualitas hidup yang baik (60%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia dengan nilai *p-value* = 0,003 ($p < 0,05$) dan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 4,54, yang menunjukkan bahwa lansia dengan status gizi normal memiliki peluang 4,54 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan lansia dengan status gizi tidak normal. Lansia dengan status gizi normal cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki status gizi kurang (25%) atau lebih (20%). Kesimpulan: Status gizi merupakan prediktor penting bagi kualitas hidup lansia. Intervensi nutrisi yang tepat dan pemantauan kesehatan rutin sangat diperlukan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia di komunitas.

 **Corresponding Author:**

Fredy Akbar K

Email: fredyakabira@gmail.com

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah lansia merupakan fenomena global yang terjadi akibat meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kelahiran. Kondisi ini menyebabkan perubahan struktur demografi yang berdampak pada meningkatnya kebutuhan pelayanan kesehatan bagi lansia (WHO, 2025). Di Indonesia, jumlah lansia terus meningkat setiap tahunnya sehingga menjadi tantangan dalam pembangunan kesehatan, terutama dalam menjaga kualitas hidup kelompok usia lanjut (Badan Pusat Statistik, 2023).

Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami perubahan fisiologis yang dapat mempengaruhi status gizi. Penurunan nafsu makan, gangguan fungsi pencernaan, serta adanya penyakit kronis menjadi faktor utama yang menyebabkan lansia rentan mengalami malnutrisi (Morley, 2012). Status gizi yang tidak baik dapat berdampak pada penurunan fungsi fisik, penurunan imunitas tubuh, serta meningkatkan risiko kesakitan dan kematian pada lansia (Kaiser et al., 2010).

Kualitas hidup lansia merupakan indikator penting dalam menilai keberhasilan pembangunan kesehatan. Kualitas hidup mencakup berbagai aspek, yaitu kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (WHO, 2018). Lansia dengan kondisi kesehatan yang baik, termasuk status gizi yang optimal, cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang mengalami gangguan kesehatan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa status gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia. Lansia dengan status gizi normal memiliki kemampuan aktivitas yang lebih baik serta kondisi psikologis yang lebih stabil dibandingkan dengan lansia dengan status gizi kurang atau lebih (Apriani et al., 2023). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kondisi kesehatan lansia seperti hipertensi dan gangguan nutrisi dapat mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan (Akbar et al, 2020). Selain itu, dukungan keluarga dan peran pengasuh dalam merawat lansia juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia (Akbar et al, 2022).

Meskipun berbagai penelitian tentang kesejahteraan lansia telah banyak dilakukan, masih diperlukan kajian yang lebih spesifik pada wilayah pedesaan seperti Kabupaten Majene yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Barat tahun 2023, prevalensi lansia dengan risiko masalah gizi dan ketergantungan kesehatan di wilayah pedesaan masih cukup tinggi, terutama pada kelompok usia lanjut dengan penyakit kronis dan keterbatasan aktivitas fisik. Selain itu, hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Palipi Soreang terhadap 20 lansia menunjukkan bahwa sebanyak 45% lansia memiliki status gizi tidak normal, terdiri dari 25% gizi kurang dan 20% gizi lebih. Sebagian besar lansia tersebut juga mengeluhkan penurunan kemampuan bergerak, mudah lelah saat beraktivitas, serta berkurangnya interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah gizi pada lansia tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis, sosial, dan kualitas hidup secara menyeluruh. Pada konteks masyarakat pedesaan di Kabupaten Majene, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, rendahnya pemantauan status gizi secara rutin, serta kurangnya dukungan sosial dan edukasi kesehatan menjadi faktor yang dapat memperburuk kondisi lansia. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan sebagai dasar penyediaan data ilmiah yang dapat digunakan oleh pemerintah daerah dan tenaga kesehatan dalam merancang program intervensi yang lebih tepat sasaran, baik dalam aspek pemenuhan kebutuhan gizi maupun peningkatan kesejahteraan sosial lansia di Desa Palipi Soreang Kabupaten Majene.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan desain cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup pada lansia pada waktu yang bersamaan tanpa adanya intervensi.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Palipi Soreang Kabupaten Majene. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai dengan Maret 2026.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di Desa Palipi Soreang, Kabupaten Majene. Dari populasi tersebut, dipilih sebanyak 60 responden sebagai sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan ini dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi tertentu agar data yang diperoleh benar-benar sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk melihat hubungan antara status gizi dan kualitas hidup lansia.

Kriteria inklusi yaitu, lansia yang berusia ≥ 60 tahun, mampu berkomunikasi secara efektif dan kooperatif, dan bersedia secara sukarela berpartisipasi dalam seluruh tahapan penelitian. Kriteria eksklusi yaitu diterapkan pada lansia yang memiliki gangguan kognitif berat atau kondisi medis akut yang tidak memungkinkan untuk mengikuti proses wawancara kuesioner WHOQOL-BREF secara valid

Pengumpulan Data

Data primer dikumpulkan melalui pengukuran antropometri dan wawancara terstruktur menggunakan instrumen standar. Status gizi ditentukan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan secara langsung. Sementara itu, kualitas hidup dinilai menggunakan kuesioner WHOQOL-BREF yang terdiri dari 26 butir pertanyaan. Instrumen ini mengevaluasi empat domain utama: kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

Penilaian kualitas hidup dilakukan dengan mengakumulasi skor jawaban yang kemudian dikategorikan menjadi dua tingkat interpretasi, yaitu "Baik" dan "Kurang". Kategori "Baik" merepresentasikan kondisi di mana lansia mampu menjalankan aktivitas sehari-hari serta memiliki stabilitas psikologis dan sosial yang optimal. Sebelum pengambilan data, instrumen ini telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan setiap item pernyataan akurat dan konsisten. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid (r hitung $>$ r tabel) dan reliabel (*Cronbach's Alpha* $>$ 0,60), sehingga instrumen tersebut layak digunakan untuk mengukur kualitas hidup lansia dalam penelitian ini.

Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan dilakukan proses editing, coding, dan tabulating. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel dan secara bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=60)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persen (%)
Umur		
60 – 69 tahun	30	50
≥ 70 tahun	30	50
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	46,7
Perempuan	32	53,3
Status Gizi		
Kurang	15	25
Normal	33	55
Lebih	12	20

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persen (%)
Kualitas Hidup		
Baik	36	60
Kurang	24	40

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur 60–69 tahun sebanyak 30 orang (50%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 32 orang (53,3%). Distribusi status gizi menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 33 orang (55%), sedangkan kualitas hidup responden sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 36 orang (60%).

Tabel 2. Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Lansia (n=60)

Status Gizi	Kualitas Hidup Baik n (%)	Kualitas Hidup Kurang n (%)	Total n (%)	p-value
Kurang	5 (8,3)	10 (16,7)	15 (25,0)	0,003
Normal	25 (41,7)	8 (13,3)	33 (55,0)	
Lebih	6 (10,0)	6 (10,0)	12 (20,0)	

Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,003 ($p < 0,05$), yang menegaskan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia. Analisis lebih lanjut melalui perhitungan kekuatan hubungan menunjukkan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 4,54. Hal ini berarti lansia yang memiliki status gizi normal berpeluang 4,54 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki status gizi tidak normal (kategori kurang atau lebih)

PEMBAHASAN

Status Gizi Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki status gizi normal (55%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian lansia di Desa Palipi Soreang telah memiliki asupan gizi yang cukup untuk mempertahankan kondisi tubuhnya. Namun demikian, masih terdapat lansia dengan status gizi kurang (25%) dan lebih (20%), yang menunjukkan adanya masalah gizi pada kelompok ini. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor usia, penurunan fungsi fisiologis, serta adanya penyakit kronis yang sering dialami oleh lansia (Morley, 2012).

Status gizi pada lansia sangat dipengaruhi oleh pola makan, kondisi kesehatan, serta kemampuan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi sehari-hari. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia sering mengalami penurunan nafsu makan dan gangguan metabolisme yang dapat menyebabkan malnutrisi (Kaiser et al., 2010). Selain itu, penelitian oleh (Akbar et al, 2020) juga menunjukkan bahwa kondisi kesehatan seperti hipertensi dan gangguan nutrisi merupakan masalah umum yang dialami oleh lansia, sehingga berpotensi mempengaruhi status gizinya.

Kualitas Hidup Lansia

Berdasarkan hasil analisis data, mayoritas responden memiliki status gizi normal sebanyak 33 orang (55%), sementara lansia dengan status gizi kurang dan lebih masing-masing sebesar 25% dan 20%,. Terkait tingkat kesejahteraan, sebagian besar lansia di Desa Palipi Soreang memiliki kualitas hidup yang baik yaitu sebanyak 36 orang (60%), sedangkan 24 orang (40%) lainnya masuk dalam kategori kurang.

Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai p -value = 0,003 ($p < 0,05$), yang menegaskan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia. Analisis lebih lanjut menunjukkan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 4,54, yang mengindikasikan bahwa lansia dengan status gizi normal memiliki peluang 4,54 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki status gizi tidak normal (gabungan kategori kurang dan lebih) (WHO, 2018). Lansia yang memiliki kondisi fisik yang baik cenderung lebih aktif dalam berinteraksi sosial dan memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Sebaliknya, lansia dengan kondisi kesehatan yang buruk akan mengalami keterbatasan dalam aktivitas dan penurunan kualitas hidup. Penelitian oleh (Akbar et al, 2022) menunjukkan bahwa peran pengasuh dan dukungan keluarga sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia.

Temuan bahwa 60% lansia memiliki kualitas hidup yang baik mencerminkan kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan proses penuaan melalui dukungan kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Pembahasan secara spesifik pada domain instrumen WHOQOL-BREF adalah sebagai berikut:

1. Domain Kesehatan Fisik: Status gizi yang baik berperan vital dalam menjaga fungsi tubuh dan meningkatkan energi lansia untuk mendukung mobilitas sehari-hari. Lansia dengan gizi normal memiliki kemampuan aktivitas yang lebih prima, sedangkan mereka dengan status gizi kurang (25%) cenderung mengalami kelemahan fisik dan penurunan daya tahan tubuh yang secara langsung membatasi kemandirian mereka.
2. Domain Psikologis: Kondisi gizi yang optimal berkontribusi pada stabilitas emosional dan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Lansia yang kebutuhan nutrisinya terpenuhi cenderung memiliki pandangan yang lebih positif dan kondisi psikologis yang lebih stabil dibandingkan lansia yang mengalami gangguan nutrisi.
3. Domain Hubungan Sosial: Kondisi fisik yang sehat memungkinkan lansia untuk tetap aktif berinteraksi dengan masyarakat. Selain itu, dukungan keluarga dan peran pengasuh menjadi faktor kunci yang memperkuat domain sosial, di mana pendampingan yang baik dalam pola makan meningkatkan kesejahteraan emosional lansia.
4. Domain Lingkungan: Kualitas hidup di wilayah pedesaan seperti Kabupaten Majene juga dipengaruhi oleh keamanan lingkungan dan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan. Lansia yang mendapatkan jaminan keamanan dan kemudahan akses medis cenderung memiliki persepsi lingkungan yang lebih baik.

Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Lansia

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia ($p = 0,003$). Temuan ini menggambarkan bahwa kondisi gizi yang baik memiliki peran penting dalam membantu lansia tetap sehat, aktif, dan mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih nyaman. Lansia dengan status gizi normal cenderung memiliki energi yang lebih baik, kondisi fisik yang lebih kuat, serta kemampuan yang lebih optimal dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kondisi tersebut membuat lansia tetap dapat berinteraksi dengan keluarga maupun lingkungan sekitar, sehingga membantu menjaga kestabilan psikologis dan perasaan nyaman dalam menjalani masa lanjut usia.

Sebaliknya, lansia dengan status gizi yang tidak normal, terutama gizi kurang, lebih rentan mengalami kelemahan fisik, mudah lelah, penurunan daya tahan tubuh, serta keterbatasan dalam bergerak dan beraktivitas. Keadaan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi kehidupan sosial dan emosional lansia. Ketika lansia mulai kesulitan beraktivitas atau berinteraksi dengan lingkungan, mereka cenderung merasa lebih bergantung pada orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial, bahkan mengalami penurunan semangat hidup. Oleh karena itu, pemenuhan gizi yang tepat tidak hanya penting untuk menjaga kesehatan tubuh, tetapi juga menjadi bagian penting dalam mempertahankan kualitas hidup, kesejahteraan sosial, dan kebahagiaan lansia secara menyeluruh.

Hubungan Status Gizi dan Domain Kualitas Hidup (WHOQOL-BREF)

Status gizi yang baik tidak hanya berpengaruh pada kondisi tubuh lansia, tetapi juga memengaruhi bagaimana mereka menjalani kehidupan sehari-hari secara menyeluruh. Dalam penelitian ini, status gizi terbukti berkaitan dengan seluruh domain kualitas hidup pada instrumen WHOQOL-BREF, mulai dari kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, hingga lingkungan tempat lansia hidup dan mendapatkan dukungan.

Pada domain kesehatan fisik, lansia dengan status gizi kurang terlihat lebih mudah mengalami kelemahan otot, cepat lelah, dan mengalami penurunan kemampuan bergerak. Kondisi ini membuat sebagian lansia kesulitan melakukan aktivitas sederhana secara mandiri, seperti berjalan, beraktivitas di rumah, maupun mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sekitar. Selain itu, asupan gizi yang tidak optimal juga dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga lansia menjadi lebih rentan mengalami gangguan kesehatan dan penyakit kronis.

Pada domain psikologis, pemenuhan nutrisi yang baik membantu lansia merasa lebih nyaman, tenang, dan memiliki semangat hidup yang lebih baik. Lansia dengan status gizi normal cenderung menunjukkan kondisi emosional yang lebih stabil dan lebih mampu menerima proses penuaan secara positif. Sebaliknya, ketika kondisi fisik menurun akibat gangguan gizi, lansia sering merasa lemah, tidak berdaya, dan kehilangan rasa percaya diri dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Dalam domain hubungan sosial, kondisi fisik yang menurun akibat masalah gizi turut memengaruhi interaksi sosial lansia. Lansia yang mudah lelah atau memiliki keterbatasan bergerak cenderung lebih jarang mengikuti kegiatan masyarakat, berkumpul dengan tetangga, maupun berpartisipasi dalam aktivitas sosial lainnya. Lama-kelamaan, kondisi tersebut dapat membuat lansia merasa lebih terisolasi dan mengurangi kedekatan mereka dengan lingkungan sosial.

Sementara itu, pada domain lingkungan, kualitas hidup lansia juga dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan lingkungan sekitar dalam memenuhi kebutuhan gizinya. Lansia yang mendapatkan perhatian, pendampingan, serta akses makanan bergizi dari keluarga atau pengasuh cenderung memiliki kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik. Di wilayah pedesaan seperti Desa Palipi Soreang, dukungan keluarga menjadi sangat penting karena keterbatasan akses layanan kesehatan dan pemantauan gizi masih menjadi tantangan bagi sebagian lansia (Kaiser et al., 2010).

Analisis Konteks Lokal: Masyarakat Pedesaan Majene

Dalam konteks masyarakat Desa Palipi Soreang, Kabupaten Majene, kondisi gizi lansia dipengaruhi tidak hanya oleh pola makan, tetapi juga oleh keterbatasan akses layanan kesehatan, kondisi fisik akibat proses penuaan, serta dukungan keluarga. Sebagian lansia mengalami kesulitan menjangkau fasilitas kesehatan karena jarak dan keterbatasan mobilitas, sehingga masalah gizi sering terlambat terdeteksi. Kondisi ini menunjukkan pentingnya pelayanan kesehatan berbasis kunjungan rumah bagi lansia di wilayah pedesaan.

Di sisi lain, dukungan keluarga memiliki peran besar dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup lansia, terutama dalam pemenuhan kebutuhan makan dan pendampingan sehari-hari. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal juga menjadi potensi yang dapat dikembangkan untuk mendukung perbaikan status gizi lansia secara berkelanjutan. Dengan demikian, masalah gizi lansia di Palipi Soreang merupakan hasil interaksi antara faktor kesehatan, lingkungan, dan dukungan sosial keluarga.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa status gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup lansia (Apriani et al., 2023). Selain itu, penelitian oleh (Akbar et al, 2020) juga menunjukkan bahwa kondisi kesehatan dan status nutrisi merupakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan lansia secara keseluruhan. Dukungan keluarga dan perawatan yang baik juga berperan dalam menjaga kualitas hidup lansia (Akbar et al, 2022).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam memahami hasil penelitian. Pertama, desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, sehingga hanya dapat menggambarkan hubungan antara status gizi dan kualitas hidup pada satu waktu tertentu, tanpa dapat memastikan hubungan sebab-akibat secara langsung. Kedua, jumlah sampel yang terbatas, yaitu 60 responden dari satu desa, membuat hasil penelitian ini belum tentu dapat mewakili kondisi seluruh

lansia di Kabupaten Majene secara keseluruhan. Ketiga, Penggunaan Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam penelitian ini memiliki keterbatasan karena belum dapat menggambarkan kondisi gizi lansia secara menyeluruh. Pada lansia sering terjadi perubahan komposisi tubuh, seperti berkurangnya massa otot dan meningkatnya lemak tubuh, sehingga hasil IMT terkadang kurang mencerminkan kondisi nutrisi yang sebenarnya. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan instrumen yang lebih spesifik untuk lansia, seperti Mini Nutritional Assessment (MNA).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi memiliki hubungan yang erat dengan kualitas hidup lansia di Desa Palipi Soreang, Kabupaten Majene. Lansia dengan status gizi yang baik cenderung memiliki kondisi fisik yang lebih sehat, lebih aktif dalam berinteraksi sosial, serta memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Sebaliknya, masalah gizi dapat memengaruhi kemampuan lansia untuk hidup mandiri dan menikmati kualitas hidup yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi yang tepat menjadi bagian penting dalam menjaga kesejahteraan lansia secara menyeluruh.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah responden dan cakupan wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian lebih mewakili kondisi lansia di Kabupaten Majene. Selain itu, penggunaan metode penilaian gizi yang lebih spesifik bagi lansia, seperti Mini Nutritional Assessment (MNA), juga disarankan untuk memperoleh gambaran kondisi nutrisi yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Syamsidar, & Widya Nengsih. (2020). Karakteristik Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Desa Banua Baru. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 11(2), 6–8. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v11i2.141>
- Akbar, F., Nur, H., & Hardika, H. (2022). Pengalaman Pengasuh Dalam Merawat Lansia Dengan Penyakit Kronis Rematik Di Wilayah Jangkauan LKS LU Mandar Indonesia Di Desa Buku. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(1), 83–86. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i1.31883>
- Apriani, L. A. H., Aulia, A. N., Khairunnas, K., Safrida, S., Febriansyah, M. I., Siregar, S. M. F., Mulyadi, T., Silvia, E. P., Muchsin, S. W., Iskandar, W., Fera, D., & Syam, N. (2024). Hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia di Posyandu Desa Tegal Sari Kecamatan Pante Ceureumen. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(16), 85–94. <https://jhs.unsika.ac.id/index.php/gizi/article/view/10901>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*.
- Kaiser, M. J., Ju, A., Bauer, M., Ra, A. C., Uter, W., Guigoz, Y., Cederholm, T., Thomas, D. R., Anthony, P. S., Charlton, K. E., & Maggio, M. (2010). *Frequency of Malnutrition in Older Adults : A Multinational Perspective Using the Mini Nutritional Assessment*. 1734–1738. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.03016.x>
- Morley, J. E. (2012). *Undernutrition in older adults*. 8(Table 3). <https://doi.org/10.1093/fampra/cmr054>
- WHO. (2018). *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref>
- WHO. (2025). *Ageing and health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>