

INTISARI

Latar Belakang: Transisi demografi ke arah usia lanjut membuat permasalahan kesehatan semakin kompleks termasuk kesehatan mental. Salah satu faktor yang memengaruhi kesehatan mental adalah status gizi. Beberapa studi menunjukkan bahwa status gizi berhubungan dengan kesehatan mental. Meski demikian, perhatian terhadap isu ini cenderung terfokus pada populasi yang lebih muda.

Tujuan Penelitian: Mengidentifikasi hubungan antara status gizi dengan kesehatan mental pada pralansia dan lansia berdasarkan data HDSS Sleman.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional*. Sampel sejumlah 3.081 responden (1.871 pralansia dan 1.210 lansia) dari data HDSS Sleman tahun 2023. Pengukuran kesehatan mental menggunakan SRQ-20, serta status gizi menggunakan BMI dan lingkaran pinggang. Data diambil dengan *total sampling* dan dianalisis menggunakan *Chi-square* dan regresi logistik.

Hasil: Masalah gizi paling dominan adalah obesitas dan obesitas sentral. Sementara indikasi gangguan kesehatan mental lebih banyak ditemukan pada pralansia. Hubungan antara status gizi berdasarkan BMI dengan kesehatan mental hanya ditemukan pada pralansia ($p < 0,05$). Pralansia kurus 2,7 kali lebih besar memiliki indikasi gangguan kesehatan mental ($OR = 2,74$; $p = 0,001$). Sebaliknya, tidak ada hubungan antara status gizi berdasarkan lingkaran pinggang dengan kesehatan mental pada kedua kelompok ($p > 0,05$). Hasil uji regresi logistik menunjukkan bahwa riwayat penyakit dan kebiasaan merokok memengaruhi kesehatan mental dengan pendidikan tinggi sebagai faktor protektif. Pada lansia, jenis kelamin turut memengaruhi kesehatan mental.

Kesimpulan: Hubungan antara status gizi dengan kesehatan mental hanya ditemukan pada pralansia kurus. Meski demikian, terdapat faktor lain yang berasosiasi dengan kesehatan mental. Temuan ini dapat menjadi dasar pengembangan program kesehatan pralansia dan lansia.

Kata Kunci: HDSS, kesehatan mental, lansia, pralansia, status gizi

ABSTRACT

Background: The demographic transition toward aging increases the complexity of health issues, including mental health issues. Nutritional status has been recognized as one of the risk factors for mental health. Several studies have shown a correlation between nutritional status and mental health. However, research on pre-elderly and elderly remains limited.

Objectives: To identify the association between nutritional status and mental health in pre-elderly and elderly based on Sleman HDSS.

Method: Quantitative research with a cross-sectional design. The sample consisted of 3.081 respondents (1.871 pre-elderly and 1.210 elderly) from the 2023 HDSS survey. Mental health was assessed using the SRQ-20, while nutritional status was assessed using BMI and WC. Data were collected through total sampling and analyzed using Chi-square and logistic regression.

Result: The most prevalent nutritional problems are obesity and central obesity. Mental health disorder indications are more common among pre-elderly. There is an association between BMI and mental health in pre-elderly ($p < 0.05$). Underweight pre-elderly had higher odds of mental health disorder indications (OR=2.741; $p = 0.001$). There is no association between WC and mental health in both groups ($p > 0.05$). Logistic regression showed that medical history and smoking affect mental health, with higher education as a protective factor. In elderly, gender was also associated with mental health.

Conclusion: The association between nutritional status and mental health was found exclusively among underweight pre-elderly. However, there are other factors associated with mental health. These findings can be used to develop health programs for pre-elderly and elderly.

Keywords: Elderly, HDSS, mental health, nutritional status, pre-elderly