

INTISARI

Latar Belakang: *Frailty* menjadi tantangan yang sering terjadi pada populasi dengan angka harapan hidup yang tinggi. Dampak dari *frailty* meningkatkan morbiditas dan mortalitas pada lansia. Diet yang optimal dengan asupan energi dan protein yang tepat merupakan rekomendasi dasar yang dapat diberikan kepada masyarakat untuk mencegah maupun sebagai penanganan kejadian *frailty* agar dapat mencegah *outcome* yang lebih berat. Beberapa variabel sosiodemografi juga menjadi salah satu faktor risiko kejadian *frailty*. Penting bagi kita mengetahui hal tersebut dalam upaya pencegahan dan penanganan kesehatan yang komprehensif pada lansia.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perubahan asupan energi dan protein dengan perubahan *frailty* pada lansia.

Metode: Penelitian ini merupakan analisis data sekunder dengan studi kuantitatif yang dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kohort retrospektif. Pengambilan data primer dilaksanakan di D.I. Yogyakarta pada dua tempat yaitu Kabupaten Kulonprogo yang mewakili daerah pedesaan dan Kota Yogyakarta yang mewakili daerah perkotaan. Waktu pengambilan data primer baseline pertama dilaksanakan pada bulan Oktober – November 2015, dan baseline kedua dilaksanakan pada April – Mei 2018. Populasi pada penelitian ini adalah lansia. Adapun kriteria inklusi sampel penelitian ini adalah: lansia ≥ 65 tahun, berdomisili di Kabupaten Kulonprogo dan Kota Yogyakarta minimal 1 tahun sebelum penelitian, dan dapat berkomunikasi dengan baik serta memahami jalannya penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah lansia yang memiliki riwayat demensia atau gangguan fungsi memori sedang hingga berat yang diketahui melalui kader lansia atau yang tidak dapat memahami protokol penelitian.

Hasil: Tidak ada hubungan yang signifikan antara perubahan asupan energi ($p=0,106$) dan protein ($p=0,295$) terhadap perubahan kejadian frailty. Lansia yang lebih tua berpeluang menjadi *frailty* sebesar 1,9 kali setelah dikontrol variabel sosiodemografi, asupan energi dan protein. Variabel prediksi *frailty* yang lain selain usia yang lebih tua yaitu tingkat pendidikan yang rendah dan asupan protein yang tidak adekuat.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan perubahan asupan energi dan protein dengan perubahan *frailty*. Namun terjadi tren dimana semakin bertambah usia lansia, semakin mengalami penurunan asupan protein dan peningkatan skor *frailty*. Usia merupakan faktor resiko paling dominan yang mempengaruhi hal tersebut.

Kata Kunci: asupan energi, asupan protein, *frailty*, lansia

ABSTRACT

Background: Frailty is a challenge that often occurs in populations with high life expectancy. The impact of frailty increases morbidity and mortality in the elderly. An optimal diet with the right intake of energy and protein is a basic recommendation that can be given to the community to prevent and treat frailty events in order to prevent more severe outcomes. Sociodemographic variables are also one of the risk factors for the incidence of frailty. It is important for us to know this in an effort to prevent and treat comprehensive health in the elderly.

Objective: This study aims to determine the relationship between changes in energy and protein intake with changes in frailty in the elderly.

Methods: This study is a secondary data analysis with a quantitative study carried out using a retrospective cohort approach. Primary data collection was carried out in D.I. Yogyakarta in two places, namely Kulonprogo Regency which represents rural areas, and Yogyakarta City which represents urban areas. The first baseline primary data collection was carried out in October – November 2015, and the second baseline was carried out in April – May 2018. The population in this study was elderly. The inclusion criteria for this research sample are elderly ≥ 65 years, domiciled in Kulonprogo Regency and Yogyakarta City at least 1 year before the study, and can communicate well and understand the research process. While the exclusion criteria from this study were the elderly who had a history/diagnose of dementia or moderate to severe memory function disorders known through elderly cadres or who could not understand the study protocol.

Results: There was no correlation between changes in energy intake (p 0.106) and protein (p 0.295) on changes in the incidence of frailty. Older elderly have the opportunity to be frailty by 1,9 times after being adjusted by sociodemographic variables, energy, and protein intake. Other predictive variables for frailty besides older age are low education level and inadequate protein intake.

Conclusion: There is no relationship between changes in energy and protein intake with changes in frailty. However, there is a trend whereas the elderly get older, the protein intake decreases, and the frailty score increases. This study found that age is the most dominant risk factor for frailty in elderly.

Keywords: energy intake, protein intake, frailty, elderly