

## ABSTRAK

**YUANITA SARI PUTRI, NIM : 508141046.** Gaya Hidup, Konsumsi Pangan dan IMT kaitannya dengan Kesehatan Lansia di Kecamatan Tanjung Morawa. Skripsi, Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengidentifikasi karakteristik lansia (jenis kelamin, jumlah anggota keluarga, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan); (2) Mengidentifikasi gaya hidup lansia (pola makan, aktifitas fisik, kebiasaan istirahat, riwayat merokok, kebiasaan keluar malam, kebiasaan mengkonsumsi obat-obatan, kebiasaan minum minuman keras); (3) Menganalisis konsumsi pangan lansia; (4) Menganalisis indeks massa tubuh lansia; (5) Menganalisis kesehatan lansia; (6) Menganalisis kaitan gaya hidup dengan kesehatan lansia; (7) Menganalisis kaitan indeks massa tubuh dengan kesehatan lansia; (8) Menganalisis kaitan konsumsi pangan dengan kesehatan lansia. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei-Juli 2013. Lokasi penelitian di Kecamatan Tanjung Morawa . Populasi penelitian ini adalah lansia yang terdaftar di posyandu lansia. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Random Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 47 orang lansia. Teknik Analisis data secara deskriptif dan dianalisis menggunakan *korelasi spearman*.

Berdasarkan hasil penelitian jenis kelamin lansia perempuan 78,72 persen, jumlah anggota keluarga umumnya berjumlah 4 orang (76,6%), pendidikan lansia rata-rata tamat SMA, lansia umumnya tidak bekerja, dan status pernikahan umumnya menikah. Lansia di Kecamatan Tanjung Morawa gaya hidupnya baik 40 orang. Zat gizi karbohidrat paling tinggi dikonsumsi oleh lansia. Indeks massa tubuh lansia umumnya normal. Hasil analisis kaitan gaya hidup dengan kesehatan lansia terdapat hubungan negatif yang sangat nyata ( $p < 0.01$ ) antara gaya hidup dengan status kesehatan lansia. Hasil analisis kaitan konsumsi pangan dengan kesehatan lansia diperoleh zat gizi karbohidrat berhubungan nyata ( $p < 0.05$ ) dengan status kesehatan lansia. Hasil analisis kaitan Indeks Massa Tubuh dengan kesehatan lansia dilihat dari berat badan berhubungan positif yang nyata ( $P > 0.01$ ) dengan status kesehatan lansia dan tinggi badan berhubungan positif yang nyata ( $P > 0.01$ ) dengan status kesehatan lansia. Hal ini menunjukkan bahwa semakin ideal tinggi badan lansia maka status kesehatan lansia semakin baik.

