

**LAPORAN KEGIATAN**

**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**Pada Kegiatan Penyuluhan Gizi dan Pendampingan Skrining Lansia Posyandu Lansia “Sehat Mandiri” di Dusun Bembem Trimulyo Jetis Bantul**



**“Penyuluhan Gizi Seimbang Pencegahan Penyakit Tidak Menular”**

**Oleh:**

**Siska Ariftiyana, S.Gz., M.K.M**

**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA**

**2025**

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat ALLAH SWT, karena atas rahmat-NYA laporan pelaksanaan Pada Kegiatan Penyuluhan Gizi dan Pendampingan Skrining Lansia Posyandu Lansia “Sehat Mandiri” di Dusun Bembem Trimulyo Jetis Bantul dapat diselesaikan. Tujuan dari pembuatan laporan ini adalah untuk memberikan gambaran mengenai pelaksanaan kegiatan serta sebagai bentuk pertanggungjawaban kepada pihak-pihak terkait mengenai pelaksanaan kegiatan ini.

Pelaksanaan Kegiatan ini diuraikan secara jelas pada laporan kegiatan ini, diantaranya: tujuan yang hendak dicapai, sasaran pelaksanaan kegiatan, waktu dan tempat pelaksanaan serta output dari pelaksanaan kegiatan.

Laporan kegiatan ini semoga dapat menjadi bahan evaluasi dan tolok ukur dalam pelaksanaan kegiatan serupa untuk masa yang akan datang.

Yogyakarta, Juni 2025



Siska Ariftiyana

## **I. Pendahuluan**

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, dan kanker merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi PTM terus mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, perubahan pola konsumsi, serta gaya hidup yang kurang sehat. Lansia menjadi kelompok yang rentan mengalami PTM karena adanya proses penuaan yang disertai penurunan fungsi organ tubuh, ditambah dengan pola makan yang kurang seimbang, rendah aktivitas fisik, serta keterbatasan dalam mengakses layanan kesehatan.

Upaya pencegahan dan pengendalian PTM dapat dilakukan melalui promosi kesehatan, terutama penyuluhan tentang penerapan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi gizi sangat penting agar masyarakat, khususnya lansia, mampu memahami pentingnya pengaturan pola makan, pemilihan bahan makanan bergizi, serta penerapan gaya hidup sehat untuk menjaga kualitas hidup. Pendekatan preventif ini diharapkan dapat menurunkan risiko komplikasi PTM, meningkatkan kesehatan, dan memperpanjang usia harapan hidup yang sehat.

Selain edukasi, kegiatan pendampingan skrining kesehatan pada lansia melalui Posyandu Lansia juga memiliki peran penting. Posyandu Lansia merupakan wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berfokus pada pemeriksaan rutin, deteksi dini PTM, serta pembinaan perilaku hidup sehat. Kegiatan skrining seperti pemeriksaan tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh, dan status gizi dapat membantu mengidentifikasi faktor risiko lebih awal sehingga dapat dilakukan intervensi tepat waktu.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan gizi seimbang untuk pencegahan PTM sekaligus pendampingan skrining lansia di Posyandu Lansia menjadi sangat relevan. Melalui kegiatan ini, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan lansia serta kader posyandu dalam menerapkan gizi seimbang, mengenali faktor risiko PTM, serta melakukan upaya pencegahan dan pengendalian kesehatan secara berkesinambungan.

II. Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah :

Menedukasi masyarakat Dusun Bembem Trimulyo Jetis Bantul wilayah Kerja Puskesmas Jetis I pada orang dewasa/pra lansia tentang pentingnya gizi seimbang dalam pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) dan skrining kesehatan pra lansia dan lansia

III. Deskripsi Kegiatan

1. Pembukaan
2. Melakukan pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan, dan lingkar perut)
3. Melakukan pengecekan kadar gula darah
4. Edukasi gizi bagi yang berisiko

IV. Sasaran

1. Pra lansia dan Lansia di Dusun Bembem Posyandu Lansia”Sehat Mandiri”

V. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Minggu, 15 Juni 2025

Waktu : 09.00 – 13.00 WIB

Tempat : Posyandu Lansia Sehat Mandiri dan Kunjungan Rumah

VI. Lembar Foto Kegiatan  
Terlampir

VII. Penutup

Demikian lembar pertanggungjawaban ini kami susun, semoga dapat memberikan gambaran mengenai kegiatan yang telah dilaksanakan. Kami menyadari bahwa dalam penyusunan lembar pertanggung jawaban ini masih banyak kekurangan. Terima kasih atas dukungan dari seluruh departemen sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik sehingga benar-benar akan memberikan manfaat dan hasil yang diharapkan

## LEMBAR FOTO KEGIATAN





