

Sosialisasi dan Pemantauan Status Gizi Lansia di Teluk Betung Utara, Kota Bandar Lampung

Annisa Mayang Soliha*¹, Astri Amelia Malik², Suci Natasya Fisabilillah³, Chelsia Kamelia⁴, Munfarid Azzahri Isnugroho⁵, Ezekiel Arasy Suitra⁶, Islaul Umam⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati, Indonesia

*e-mail: annisamayang@malahayati.ac.id¹

Abstrak

Lansia merupakan kelompok rentan yang sering menghadapi permasalahan gizi akibat perubahan fisiologis, penurunan aktivitas fisik, serta kurangnya pemantauan status gizi secara rutin di masyarakat. Kondisi ini juga ditemukan di wilayah Teluk Betung Utara, Kota Bandar Lampung, sehingga diperlukan upaya deteksi dini dan edukasi kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui status gizi lansia sekaligus meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya pemantauan gizi. Metode kegiatan dilakukan secara door-to-door pada 20 lansia berusia ≥ 60 tahun melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT), serta pemberian edukasi gizi sederhana. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 45% lansia memiliki status gizi normal, 35% overweight, serta masing-masing 10% underweight dan obesitas. Selain itu, kegiatan ini memberikan dampak positif berupa meningkatnya pemahaman lansia mengenai pentingnya menjaga pola makan dan berat badan ideal. Kegiatan ini penting sebagai langkah awal pemantauan status gizi dan berpotensi dikembangkan melalui peran kader kesehatan atau posyandu lansia secara berkelanjutan.

Kata kunci: edukasi kesehatan, IMT, lansia, pengabdian masyarakat, status gizi

Abstract

The elderly are a vulnerable group who often face nutritional problems due to physiological changes, decreased physical activity, and a lack of routine nutritional monitoring in the community. This condition is also found in the North Teluk Betung area of Bandar Lampung City, necessitating early detection and health education. This community service activity aims to determine the nutritional status of the elderly and raise their awareness of the importance of nutritional monitoring. The activity was conducted door-to-door with 20 elderly people aged 60 years and above. This involved measuring their weight and height, calculating their Body Mass Index (BMI), and providing simple nutrition education. The results showed that 45% of the elderly had a normal nutritional status, 35% were overweight, and 10% each were underweight and obese. Furthermore, this activity had a positive impact, increasing the elderly's understanding of the importance of maintaining a healthy diet and ideal body weight. This activity is important as an initial step in monitoring nutritional status and has the potential to be developed through the ongoing role of health cadres or elderly community health posts (Posyandu).

Keywords: BMI, community service, elderly, health education, nutritional status.

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) menjadi salah satu tantangan dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2023, proporsi penduduk usia 60 tahun ke atas terus mengalami peningkatan, sehingga memerlukan perhatian khusus, terutama dalam aspek kesehatan dan status gizi. Status gizi yang tidak seimbang, baik kekurangan maupun kelebihan, dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia serta meningkatkan risiko penyakit tidak menular (Badan Pusat Statistik, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2024 ; World Health Organization, 2021).

Status gizi merupakan salah satu indikator utama dalam menilai tingkat kesehatan individu maupun populasi (Soliha et al 2026). Permasalahan gizi tidak hanya terjadi pada kelompok tertentu, tetapi dapat dialami pada seluruh tahapan usia, mulai dari anak hingga lanjut usia (Kemenkes, 2023). Permasalahan gizi pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti

perubahan fisiologis, penurunan aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, serta kondisi kesehatan yang menyertai. Di tingkat masyarakat, pemantauan status gizi lansia masih belum dilakukan secara rutin, sehingga kondisi gizi sering kali tidak terdeteksi sejak dini. Hal ini juga ditemukan di wilayah Teluk Betung Utara, Kota Bandar Lampung, di mana sebagian lansia belum memiliki kesadaran yang cukup terkait pentingnya menjaga berat badan ideal dan melakukan pemantauan status gizi secara berkala (Kementerian Kesehatan RI, 2024; Food and Agriculture Organization, 2021; National Institute on Aging, 2022).

Perubahan fisiologis yang terjadi pada lansia, seperti penurunan massa otot, perubahan komposisi tubuh, serta penurunan fungsi metabolisme, menyebabkan kebutuhan energi dan zat gizi menjadi berbeda dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Kondisi ini membuat lansia lebih rentan mengalami masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan. Selain itu, faktor psikososial seperti kesepian, depresi, serta keterbatasan ekonomi juga dapat memengaruhi pola makan dan status gizi lansia (Sanchez-Garcia et al., 2024; Wolfe & Kantaris, 2024).

Dalam konteks kesehatan masyarakat, permasalahan gizi lansia tidak hanya berdampak pada kondisi individu, tetapi juga berkontribusi terhadap meningkatnya beban penyakit tidak menular. Lansia dengan status gizi yang tidak seimbang memiliki risiko lebih tinggi mengalami penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan gangguan kardiovaskular. Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif melalui pendekatan berbasis komunitas menjadi sangat penting untuk dilakukan (Bracci et al., 2024).

Pendekatan pengabdian masyarakat melalui edukasi dan deteksi dini status gizi merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran lansia terhadap kondisi kesehatannya. Penilaian status gizi melalui metode antropometri merupakan pendekatan yang objektif dan praktis untuk menggambarkan kondisi gizi individu. Pengukuran ini dapat menunjukkan proporsi tubuh serta mencerminkan status gizi, sehingga bermanfaat sebagai dasar dalam deteksi dini status gizi hingga mengidentifikasi berbagai permasalahan gizi di masyarakat. Informasi yang diperoleh memiliki peran penting dalam mendukung proses evaluasi serta perencanaan program intervensi gizi dan kesehatan yang disesuaikan dengan kebutuhan wilayah (Soliha, et al, 2026).

Kegiatan berbasis komunitas memungkinkan adanya interaksi langsung antara tenaga kesehatan dan masyarakat, sehingga pesan kesehatan dapat disampaikan secara lebih sederhana dan mudah dipahami. Hal ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta mendorong perubahan perilaku sehat pada lansia (Hanjani et al., 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan upaya yang tidak hanya berfokus pada pengukuran status gizi, tetapi juga pada peningkatan pemahaman dan kesadaran lansia melalui pendekatan langsung di masyarakat. Pendekatan berbasis komunitas dinilai efektif dalam meningkatkan keterlibatan lansia dalam menjaga kesehatannya secara mandiri (Purwantini, 2025)

1.2. Permasalahan Kegiatan

Berdasarkan kondisi di lapangan, permasalahan yang dihadapi adalah masih rendahnya kesadaran lansia dalam melakukan pemantauan status gizi secara mandiri, serta terbatasnya kegiatan deteksi dini berbasis masyarakat. Selain itu, lansia belum sepenuhnya memahami pentingnya menjaga keseimbangan asupan gizi dan berat badan ideal dalam upaya mencegah penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan RI, 2024; World Health Organization, 2021).

1.3. Tujuan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan deteksi dini status gizi lansia melalui pengukuran antropometri sekaligus meningkatkan pemahaman lansia mengenai pentingnya menjaga status gizi melalui edukasi kesehatan sederhana. Melalui kegiatan ini, diharapkan lansia dapat lebih mengenali kondisi kesehatannya serta terdorong untuk menerapkan pola hidup yang lebih sehat (Parbandari, 2025)

1.4. Kajian Literatur

Penilaian status gizi pada lansia dapat dilakukan dengan berbagai metode, salah satunya adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) yang dinilai praktis dan mudah diterapkan di masyarakat. IMT banyak digunakan sebagai indikator sederhana untuk mengidentifikasi kondisi gizi kurang, normal, maupun lebih (World Health Organization, 2020; Handayani et al., 2023) selain itu, pendekatan edukasi kesehatan secara langsung kepada lansia terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam menjaga pola makan dan kesehatan (Purwantini, 2025)

Beberapa kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya menunjukkan bahwa kombinasi antara pengukuran antropometri dan edukasi gizi dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman lansia. Oleh karena itu, kegiatan ini tidak hanya berperan sebagai deteksi dini, tetapi juga sebagai upaya promotif dan preventif yang dapat dikembangkan secara berkelanjutan melalui peran kader kesehatan dan posyandu lansia di tingkat masyarakat (Prabandari, 2025)

2. METODE

Pendekatan edukatif dalam kegiatan ini dilakukan secara langsung setelah proses pengukuran antropometri. Setiap lansia diberikan penjelasan sederhana mengenai hasil pengukuran yang telah dilakukan, termasuk kategori status gizi serta risiko kesehatan yang mungkin terjadi. Penyampaian informasi dilakukan dengan bahasa yang mudah dipahami agar lansia dapat menerima informasi secara optimal.

Metode komunikasi yang digunakan bersifat interaktif, di mana lansia diberikan kesempatan untuk bertanya serta menyampaikan keluhan terkait kondisi kesehatannya. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan aktif lansia dalam proses pembelajaran kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang bersifat partisipatif lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku dibandingkan dengan metode satu arah (Kaipainen et al., 2025).

Selain itu, keterlibatan kader kesehatan dalam kegiatan ini berperan penting dalam mendukung keberlangsungan program. Kader tidak hanya membantu dalam pelaksanaan kegiatan, tetapi juga diharapkan dapat melanjutkan edukasi serta pemantauan status gizi secara mandiri di masyarakat. Hal ini sejalan dengan konsep pemberdayaan masyarakat dalam bidang kesehatan (Hanjani et al., 2025).

2.1. Lokasi & Waktu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Teluk Betung Utara, Kota Bandar Lampung. Kegiatan utama dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2025.

2.2 Teknik Pendekatan

Kegiatan menggunakan teknik pendekatan door-to-door (pintu ke pintu) agar dapat menjangkau lansia secara langsung di lingkungan tempat tinggalnya dengan 3 tahapan kegiatan yaitu :

- Pengumpulan identitas subject
- Pengukuran data antropometri
- Tahapan evaluasi/pengelolaan data

2.3. Sasaran

Sasaran pada kegiatan ini adalah penduduk lanjut usia (lansia) berusia ≥ 60 tahun yang berjumlah 20 orang yang tinggal di wilayah Teluk Betung Utara. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa sebagai pelaksana utama yang didampingi oleh kader kesehatan dalam membantu proses interaksi dengan masyarakat serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan.

2.4. Tahapan Kegiatan

Adapun tahapan dalam kegiatan ini adalah:

1. Pengumpulan identitas subjek
Yaitu mencatat data diri subjek seperti nama subjek, tanggal lahir, umur subjek, pekerjaan, dan alamat subjek.
2. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 1. Pengukuran TB dan BB Lansia di Teluk Betung Utara

3. Pengukuran data antropometri
Pengukuran antropometri dilakukan menggunakan alat ukur sederhana untuk mengetahui berat badan dan tinggi badan lansia seperti :
 - A. Microtoise
 - B. Meteran kain
 - C. Timbangan berat badan digital
4. Edukasi
Pemberian edukasi kesehatan secara langsung kepada lansia terkait pentingnya menjaga pola makan dan berat badan ideal. Selain itu, dilakukan komunikasi interaktif dengan lansia untuk menjelaskan hasil pengukuran yang telah dilakukan, sehingga lansia dapat memahami kondisi kesehatannya secara sederhana. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran lansia dalam melakukan pemantauan status gizi secara mandiri serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat. (Handayani et al., 2023; UNICEF, 2021)
5. Evaluasi
Evaluasi dilakukan dengan menganalisis data IMT yang diperoleh dan mengategorikannya ke dalam status gizi tertentu, yaitu underweight, normal, overweight, dan obesitas. Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan hasil pengukuran status gizi serta respons lansia selama kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi status gizi lansia di wilayah tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan di Wilayah Teluk Betung Utara pada tanggal 23 Desember 2025, diperoleh data dari 20 responden lansia yang berusia ≥ 60 tahun. Kegiatan ini dilakukan secara door-to-door sehingga memudahkan interaksi langsung dengan lansia di lingkungan tempat tinggalnya.

3.1.1. Karakteristik

Karakteristik peserta menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan (55%) dan sisanya laki-laki (45%). Mayoritas lansia masih menjalankan aktivitas sehari-hari seperti ibu rumah tangga, buruh, dan pedagang, yang menunjukkan bahwa sebagian

lansia masih aktif secara sosial. Responden dalam penelitian ini berjumlah 20 orang lansia dengan rentang usia 60-84 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat 11 orang perempuan (55%) dan 9 orang laki-laki (45%). Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 8 orang, diikuti oleh buruh 4 orang, pedagang 4 orang, pensiunan 2 orang, ojol 1 orang, dan pengrajin 1 orang. Semua responden berdomisili di wilayah Teluk Betung Utara, Bandar Lampung.

3.1.2. Distribusi Status Gizi Lansia

Berdasarkan hasil pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), diperoleh distribusi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Status Gizi Lansia Berdasarkan IMT di Teluk Betung Utara

Status Gizi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Underweight	2	10%
Normal	9	45%
Overweight	7	35%
Obesitas	2	10%
Total	20	100%

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki status gizi normal, namun terdapat proporsi yang cukup besar pada kategori kelebihan berat badan. Selain itu, selama kegiatan berlangsung, lansia menunjukkan respons yang cukup baik terhadap pelaksanaan kegiatan. Lansia tampak antusias mengikuti proses pengukuran serta aktif bertanya terkait kondisi kesehatannya. Setelah diberikan penjelasan, sebagian besar lansia mulai memahami pentingnya menjaga pola makan dan berat badan ideal. (Handayani et al., 2023; World Health Organization, 2021)

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan door-to-door memberikan dampak positif terhadap partisipasi lansia. Lansia yang sebelumnya jarang mendapatkan pemeriksaan kesehatan menjadi lebih terbuka dalam menerima informasi serta lebih aktif dalam bertanya mengenai kondisi kesehatannya. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan langsung mampu meningkatkan keterlibatan lansia dalam kegiatan kesehatan masyarakat.

Selain itu, edukasi yang diberikan selama kegiatan berlangsung mampu meningkatkan pemahaman lansia mengenai pentingnya menjaga pola makan yang seimbang. Lansia mulai menyadari bahwa kebiasaan makan sehari-hari memiliki pengaruh besar terhadap kondisi kesehatannya. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa edukasi gizi secara langsung dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran lansia dalam menjaga status gizinya (Bracci et al., 2024).

3.1.3. Analisis hasil IMT

Distribusi status gizi yang menunjukkan adanya proporsi overweight dan obesitas yang cukup tinggi mengindikasikan adanya perubahan pola hidup pada lansia, terutama terkait pola makan dan aktivitas fisik. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa peningkatan prevalensi obesitas pada lansia dipengaruhi oleh penurunan aktivitas fisik serta perubahan metabolisme tubuh (Sanchez-Garcia et al., 2024).

Di sisi lain, keberadaan lansia dengan status gizi kurang juga menunjukkan adanya masalah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti penurunan nafsu makan, gangguan kesehatan, serta keterbatasan akses terhadap makanan bergizi. Penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan status gizi kurang memiliki risiko lebih tinggi terhadap penurunan fungsi tubuh dan kualitas hidup (Ścisło et al., 2024).

3.1.4. Dampak Intervensi

Kegiatan ini tidak hanya memberikan data mengenai status gizi lansia, tetapi juga memberikan dampak langsung berupa peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat.

Lansia yang sebelumnya tidak mengetahui kategori status gizinya menjadi lebih memahami kondisi kesehatannya setelah mendapatkan penjelasan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

Intervensi sederhana seperti edukasi dan pemantauan status gizi terbukti efektif dalam meningkatkan kondisi kesehatan lansia. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dapat memberikan perubahan positif terhadap status gizi dan perilaku kesehatan lansia (Hanjani et al., 2025; Kaipainen et al., 2025).

3.1.5. Keterbatasan Kegiatan

Meskipun kegiatan ini memberikan manfaat yang cukup signifikan, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Jumlah responden yang terbatas serta waktu pelaksanaan yang singkat menjadi kendala dalam memperoleh gambaran yang lebih luas mengenai kondisi status gizi lansia. Selain itu, kegiatan ini belum dapat mengevaluasi perubahan perilaku lansia dalam jangka panjang.

3.1.6. Keberlanjutan Kegiatan

Oleh karena itu, diperlukan upaya lanjutan yang melibatkan berbagai pihak, seperti tenaga kesehatan dan kader masyarakat, untuk memastikan keberlanjutan program. Integrasi kegiatan ini dengan program posyandu lansia dapat menjadi salah satu solusi dalam menjaga keberlanjutan pemantauan status gizi di Masyarakat.

3.2. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa status gizi normal mendominasi pada lansia di wilayah Teluk Betung Utara. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian lansia masih mampu menjaga keseimbangan antara asupan nutrisi dan kebutuhan tubuh. Status gizi yang baik pada lansia berperan penting dalam mempertahankan fungsi tubuh serta mencegah penyakit tidak menular (World Health Organization, 2021).

Namun demikian, tingginya proporsi lansia dengan kategori overweight dan obesitas (45%) menjadi perhatian penting. Kondisi ini menunjukkan adanya kecenderungan kelebihan asupan energi yang tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang cukup. Kelebihan berat badan pada lansia dapat meningkatkan risiko penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan gangguan kardiovaskular (Chooi et al., 2019 ; Wang et al., 2022; World Health Organization, 2021; Centers for Disease Control and Prevention, 2022).

Di sisi lain, keberadaan lansia dengan status gizi kurang (10%) juga perlu mendapat perhatian. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penurunan nafsu makan, masalah kesehatan, serta keterbatasan dalam mengakses makanan bergizi (Volkert et al., 2019). Oleh karena itu, deteksi dini melalui kegiatan seperti ini menjadi penting untuk mencegah dampak yang lebih serius.

Dalam konteks pengabdian masyarakat, hasil ini tidak hanya memberikan gambaran kondisi gizi lansia, tetapi juga menjadi dasar dalam memberikan edukasi kesehatan secara langsung. Selama kegiatan, lansia diberikan pemahaman mengenai pentingnya pola makan seimbang, pengendalian berat badan, serta pentingnya pemantauan status gizi secara rutin.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan langsung melalui kunjungan rumah efektif dalam meningkatkan kesadaran lansia. Hal ini sejalan dengan kegiatan pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan masyarakat (Handayani et al., 2023; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020; UNICEF, 2021).

Selain itu, keterlibatan kader kesehatan dalam kegiatan ini juga menjadi faktor pendukung keberhasilan pelaksanaan. Kader berperan dalam memfasilitasi komunikasi dengan lansia serta berpotensi melanjutkan kegiatan pemantauan secara berkelanjutan di tingkat masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini telah memberikan nilai tambah bagi masyarakat berupa kesadaran akan pentingnya pemantauan status gizi secara mandiri. Edukasi nutrisi yang diberikan selama proses pengukuran diharapkan mampu mendorong perubahan

perilaku sehat secara berkesinambungan. Tingkat kesulitan pelaksanaan tergolong rendah karena metode IMT sangat aplikatif, mudah, dan tidak memerlukan biaya besar, sehingga memiliki peluang pengembangan tinggi untuk diterapkan secara rutin oleh kader kesehatan setempat (Wang et al., 2022 ; World Health Organization, 2021).

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di wilayah Teluk Betung Utara menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki status gizi normal, namun masih ditemukan proporsi yang cukup signifikan pada kategori kelebihan berat badan dan gizi kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemantauan status gizi pada lansia masih perlu ditingkatkan sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular.

Pelaksanaan kegiatan melalui pendekatan *door-to-door* memberikan kemudahan dalam menjangkau lansia serta meningkatkan interaksi secara langsung. Edukasi kesehatan yang diberikan selama kegiatan berlangsung mampu meningkatkan pemahaman lansia mengenai pentingnya menjaga pola makan, berat badan ideal, serta pemantauan status gizi secara rutin.

Kegiatan ini tidak hanya memberikan gambaran kondisi kesehatan lansia, tetapi juga memberikan manfaat nyata berupa peningkatan kesadaran dan pengetahuan lansia terkait kesehatan gizi. Oleh karena itu, kegiatan serupa dapat dikembangkan secara berkelanjutan melalui peran kader kesehatan maupun program posyandu lansia agar pemantauan status gizi dapat dilakukan secara rutin di tingkat masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas melalui metode *door-to-door* efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman lansia mengenai status gizi. Edukasi yang diberikan secara langsung terbukti mampu membantu lansia dalam mengenali kondisi kesehatannya serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat.

Selain memberikan manfaat bagi individu, kegiatan ini juga berpotensi memberikan dampak yang lebih luas apabila dilakukan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari berbagai pihak untuk mengembangkan program serupa sehingga pemantauan status gizi lansia dapat dilakukan secara rutin di tingkat masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. <https://www.bps.go.id/publication/2023/12/29/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>
- Bracci, E. L., Davis, C. R., & Murphy, K. J. (2024). Nutrition interventions in aged care. *Recent Progress in Nutrition*, 4(4). <https://doi.org/10.21926/rpn.2404019>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). Adult BMI Categories. <https://www.cdc.gov/bmi/adult-calculator/index.html>
- Chooi, Y. C., Ding, C., & Magkos, F. (2019). The Epidemiology of Obesity. *Metabolism*, 92, 6–10. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2018.09.005>
- Effect of multicomponent intervention on malnutrition in older adults. (2024). *Clinical Nutrition ESPEN*. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2024.01.004>
- Food and Agriculture Organization. (2021). Nutrition and Ageing. <https://www.fao.org>
- Handayani, R., Prasetyo, B., & Wulandari, S. (2023). Skrining Kesehatan Lansia Berbasis Komunitas. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(1), 45–52. <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpkkm/article/view/13826>
- Hanjani, N. A., Olyaeemanesh, A., Shafiee, G., et al. (2025). Effectiveness of nutritional intervention in older people. *BMJ Open*. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-097159>

- Kaipainen, T., Hartikainen, S., Tiihonen, M., et al. (2025). Effect of individually tailored nutritional counseling on frailty status in older adults. *European Journal of Clinical Nutrition*. <https://doi.org/10.1038/s41430-024-01547-0>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas. <https://kesmas.kemkes.go.id>
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Kemenkes, 235.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2024. <https://www.kemkes.go.id>
- Prabandari, A. S., Sari, A. N., & Rahmawati, S. D. (2025). Peningkatan kesadaran gizi pada lansia melalui edukasi dan pemeriksaan indeks massa tubuh. *Aksi Kita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 797–805. <https://doi.org/10.63822/kdbn2a52>
- Purwantini, D., Rassa, A. N. F., & Setyawati, E. I. E. (2025). Penyuluhan gizi seimbang dan pemeriksaan status gizi dengan MNA-SF pada lanjut usia. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 7(3), 616–622. <https://doi.org/10.36565/jak.v7i3.972>
- National Institute on Aging. (2022). Nutrition for Older Adults. <https://www.nia.nih.gov/health>
- Sanchez-Garcia, E., et al. (2024). Nutritional care in older adults. *Current Medical Research and Opinion*, 40(8), 1563–1576. <https://doi.org/10.1080/03007995.2024.2380007>
- Ścisło, L., Walewska, E., Kliś-Kalinowska, A., et al. (2024). Nutritional status after intervention. *SAGE Open Medicine*. <https://doi.org/10.1177/23337214231224574>
- Simamora, S. N., Naningsi, N. S., & Rosyidah, H. N. (2025). Metode pengukuran status gizi pada lansia yang tidak mampu berdiri: Studi literatur. *Jurnal Pustaka Padi*, 4(2), 34–38.
- Soliha, A.M., Widyastuti, T.A., Pratami, M., Pratama, M.P. (2026). *Distribution of Nutritional Status Across Different Age Stages Based on Anthropometric Indices in Bandar Lampung*. Shihatuna: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, Vol.6, No.1, 83-89.
- Soliha et al. (2026). Penilaian Status Gizi Pada Kelompok Wanita Usia Subur (WUS) di Wilayah Natar. *Jurnal Edu Research*, Vol. 6, No. 4, 2751-2756.
- UNICEF. (2021). Improving Nutrition Across the Life Course. <https://www.unicef.org/nutrition>
- Volkert, D., Beck, A. M., Cederholm, T., et al. (2019). ESPEN Guidelines on Clinical Nutrition in Older Adults. *Clinical Nutrition*, 38(1), 10–47. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.05.024>
- Wang, Y., Wang, J., & Shen, Y. (2022). Association Between Body Mass Index and Health Outcomes in Older Adults: A Systematic Review. *Frontiers in Public Health*, 10, 850. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2022.850>
- Wolfe, K., & Kantaris, M. (2024). Barriers and facilitators to implementing nutrition intervention. *Journal of Aging and Long-Term Care*, 7(3), 127–150. <https://doi.org/10.51819/jaltc.2024.1509004>
- World Health Organization. (2020). Body Mass Index Classification. <https://www.who.int>
- World Health Organization. (2021). Ageing and Health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>