

SURAT TUGAS

Nomor: 274-R/UNTAR/Pengabdian/VIII/2024

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

YOANITA WIDJAJA, dr., M.Pd.Ked.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM RANGKA
MENINGKATKAN KESADARAN MASYARAKAT TERHADAP ANEMIA
DAN PENCEGAHANNYA PADA KOMUNITAS LANJUT USIA
Mitra : Panti Lansia Bina Bhakti
Periode : 1/2024/4 Mei
URL Repository : https://linter.untar.ac.id/repository/pengabdian/buktiabdi_10408009_5C280824222002.pdf

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

29 Agustus 2024

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : 6d6dc1968a68db309f37308fef4985f8

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM RANGKA
MENINGKATKAN KESADARAN MASYARAKAT TERHADAP ANEMIA DAN
PENCEGAHANNYA PADA KOMUNITAS LANJUT USIA**

Disusun oleh:

Ketua Tim

dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked (10408009)

Anggota :

1. Kasvana (405220011)
2. Naufal Rayhan (405220053)

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
JULI 2024**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR PKM
Periode 1/Tahun 2024

Judul PKM : Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Anemia Dan Pencegahannya Pada Komunitas Lanjut Usia

Nama Mitra PKM : Panti Lansia Bina Bhakti

Dosen Pelaksana

A. Nama dan Gelar : dr. Yoanita Widjaja, MPd.Ked

B. NIDN/NIK : 10408009

C. Jabatan/Gol. : Dosen tetap

D. Program Studi : Sarjana Kedokteran

E. Fakultas : Fakultas Kedokteran

F. Bidang Keahlian : Pendidikan Kedokteran dan Patologi Klinik

H. Nomor HP/Tlp : -

4. Mahasiswa yang Terlibat

Jumlah Anggota (Mahasiswa) : 2 orang

Nama & NIM Mahasiswa 1 : Kasvana (405220011)

Nama & NIM Mahasiswa 2 : Naufal Rayhan (405220053)

Nama & NIM Mahasiswa 3 : -

Nama & NIM Mahasiswa 4 : -

5. Lokasi Kegiatan Mitra

A. Wilayah Mitra : Desa Babakan, Kecamatan Setu

B. Kabupaten/Kota : Kota Tangerang Selatan

C. Provinsi : Banten

6. Metode Pelaksanaan : Luring

7. Luaran yang dihasilkan : Publikasi Jurnal Pengabdian Masyarakat Nasional, HKI

8. Jangka Waktu Pelaksanaan : Januari - Juni

9. Biaya yang disetujui LPPM : Rp. 9.500.000,-

Jakarta, 1 Juli 2024

Menyetujui,
Ketua LPPM


Ir. Jap Tji Beng, MMSI, M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
NIK:10381047



Pelaksana


dr. Yoanita Widjaja, MPd.Ked
10408009

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR PKM.....	2
RINGKASAN.....	4
BAB I PENDAHULUAN.....	5
1.1 Analisis Situasi.....	5
1.2 Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya.....	7
1.3 Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait	8
1.4 Uraikan keterkaitan topik dengan peta jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar	9
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN	11
2.1 Solusi Permasalahan	11
2.2 Luaran Kegiatan.....	11
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	13
3.1 Langkah-langkah/Tahapan pelaksanaan.....	13
3.2 Partisipasi mitra dalam kegiatan PKM	14
3.3 Uraian Kepakaran dan tugas masing-masing anggota tim.....	15
BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI.....	17
BAB V KESIMPULAN dan SARAN	23
DAFTAR PUSTAKA	24
LAMPIRAN	26

RINGKASAN

Anemia adalah kondisi tubuh yang kekurangan sel darah merah atau hemoglobin sehingga menyebabkan penurunan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen. Anemia pada lanjut usia dapat terjadi karena berbagai faktor seperti kekurangan nutrisi, penyakit kronis, dan proses penuaan. Pada individu lanjut usia, anemia dapat meningkatkan risiko disabilitas hingga dua kali lipat dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami anemia. Dalam rangka pencegahan anemia dan minimalisasi komplikasi yang mungkin terjadi, maka diselenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Metode kegiatan ini dilaksanakan dengan metode Plan-Do-Check-Action sehingga dapat dilakukan terus-menerus dan dilakukan perbaikan dalam pelaksanaannya. Pada kegiatan masyarakat ini didapatkan bahwa mayoritas peserta mengalami anemia ringan atau sedang, dengan perempuan lebih rentan terhadap anemia sedang dan berat dibandingkan laki-laki. Sebagian besar peserta memiliki nilai normal untuk MCV, MCH, dan MCHC, namun beberapa menunjukkan nilai rendah. Edukasi dan skrining kesehatan yang dilakukan terbukti penting untuk meningkatkan kesadaran lansia mengenai gejala anemia, pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, dan diet seimbang yang kaya zat besi, vitamin B12, dan folat.

Kata Kunci: Anemia, edukasi, lansia, hemoglobin, prevalensi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Anemia merupakan penyebab signifikan morbiditas dan mortalitas pada populasi lanjut usia saat ini. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan lanjut usia sebagai individu berusia 60 tahun ke atas. Pada individu lanjut usia, anemia dapat meningkatkan risiko disabilitas hingga dua kali lipat dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami anemia. Peningkatan disabilitas ini kemudian mengurangi kemampuan hidup mandiri pada populasi lanjut usia. Seiring dengan bertambahnya populasi lanjut usia dan peningkatan angka harapan hidup, risiko penyakit kronis seperti diabetes mellitus, penyakit serebrovaskular, penyakit jantung koroner, osteoarthritis, gangguan muskuloskeletal, dan penyakit paru-paru juga meningkat. Prevalensi penyakit degeneratif dan masalah gizi pada populasi lanjut usia terus meningkat. (Firmansyah, Badruddin, and Christiani 2021; Hidayat et al. 2023)

Berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh WHO, anemia diklasifikasikan ke dalam beberapa derajat berdasarkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. derajat 0 menunjukkan nilai normal dengan $Hb \geq 11$ gram per desiliter (g/dL). Anemia ringan atau derajat 1 ditandai dengan kadar Hb antara 9,5 hingga 10,9 g/dL. derajat 2, atau anemia sedang, terjadi ketika kadar Hb berkisar antara 8 hingga 9,4 g/dL. Anemia berat, atau derajat 3, memiliki kadar Hb antara 6,5 hingga 7,9 g/dL. Terakhir, anemia yang mengancam jiwa atau derajat 4, terjadi bila kadar Hb kurang dari 6,5 g/dL. Kriteria ini membantu dalam menilai tingkat keparahan anemia dan menentukan langkah-langkah intervensi yang tepat. Kriteria untuk anemia juga dapat dinilai berdasarkan Mean Corpuscular Volume (MCV), Mean Corpuscular Hemoglobin (MCH), dan Mean Corpuscular Hemoglobin Concentration (MCHC). Anemia normositik ditandai dengan MCV 80-100 femtoliter (fL), anemia mikrositik dengan MCV kurang dari 80 fL, dan anemia makrositik dengan MCV lebih dari 100 fL. Berdasarkan MCH, anemia dapat diklasifikasikan sebagai normokromik jika MCH berkisar antara 27-31 picogram (pg) dan hipokromik jika MCH kurang dari 27 pg. Selain itu, MCHC juga digunakan untuk mengidentifikasi anemia, di mana anemia normokromik memiliki MCHC

32-36 gram per desiliter (g/dL) dan anemia hipokromik dengan MCHC kurang dari 32 g/dL.(Baroto et al. 2023; Mano et al. 2023)

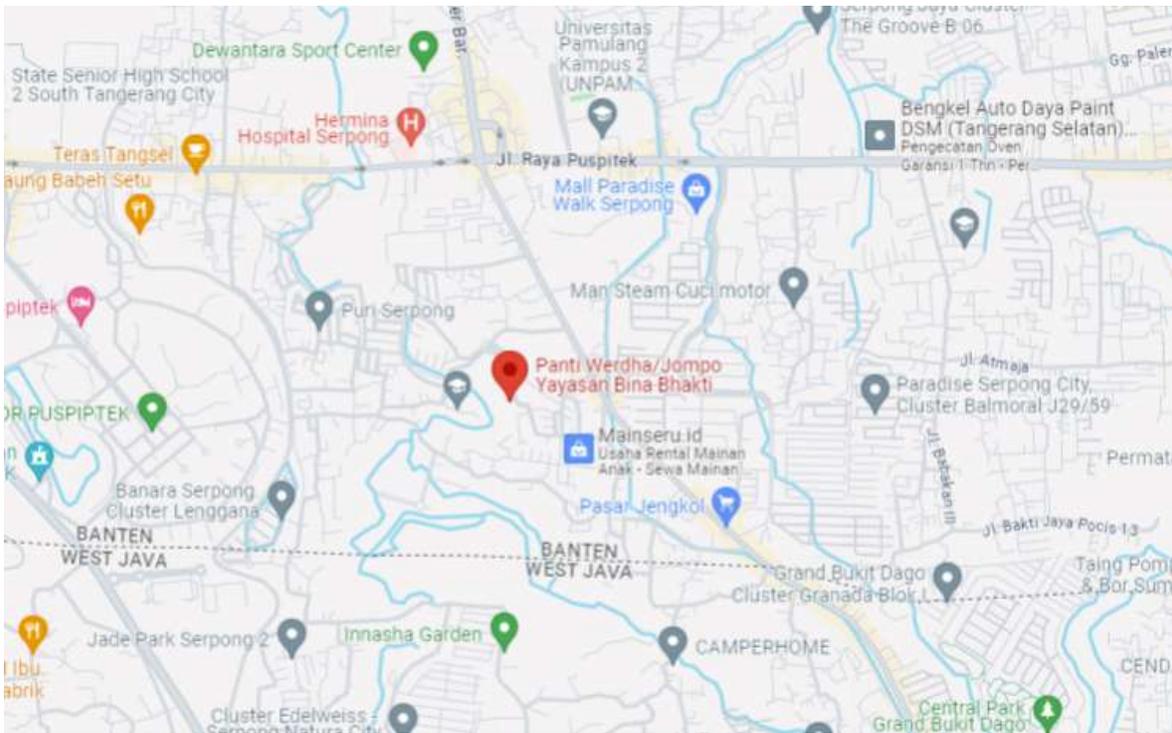
Penelitian yang dilakukan oleh tim Survei Pemeriksaan Kesehatan dan Gizi Nasional Ketiga (NHANES III) telah mengungkap bahwa prevalensi anemia pada individu lanjut usia di atas 65 tahun cukup signifikan, dengan 11% pria menunjukkan kadar hemoglobin (Hb) di bawah 13 gram per desiliter (g/dL) dan 10% wanita di bawah 12 g/dL. Kondisi ini merupakan fase kritis karena dapat mempengaruhi kualitas hidup dan memperbesar risiko untuk mengalami komplikasi kesehatan yang lebih serius, termasuk penurunan fungsi kognitif, yang berpotensi merugikan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka. Hasil penelitian oleh NHANES III menegaskan perlunya intervensi medis dan pemantauan berkelanjutan terhadap populasi lansia untuk mengelola dan mencegah anemia secara efektif. Walaupun prevalensi anemia berada pada rentang 5% hingga 7% pada usia 65 tahun, angka tersebut meningkat secara dramatis hingga melebihi 40% di kalangan individu yang berusia di atas 80 tahun.(Firmansyah et al. 2021; Hidayat et al. 2023)

Gejala anemia sangat bervariasi tergantung pada penyebab dan tingkat keparahannya. Penderita anemia sering kali merasa lemas dan cepat lelah, bahkan setelah melakukan aktivitas ringan, karena tubuh mereka kekurangan sel darah merah yang cukup untuk membawa oksigen ke jaringan. Sakit kepala dan pusing adalah gejala umum lainnya, disebabkan oleh otak yang tidak mendapatkan cukup oksigen. Sering mengantuk, termasuk mengantuk setelah makan, juga sering dialami oleh penderita anemia karena tubuh mereka berjuang untuk mempertahankan energi. Kulit yang terlihat pucat merupakan tanda lain dari anemia, disebabkan oleh rendahnya jumlah sel darah merah atau hemoglobin dalam darah. Detak jantung yang tidak teratur atau palpitasi dapat terjadi karena jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah yang kaya oksigen ke seluruh tubuh. Napas pendek atau sesak napas juga umum terjadi, terutama saat melakukan aktivitas fisik, karena tubuh berusaha mendapatkan lebih banyak oksigen. Selain itu, penderita anemia bisa mengalami nyeri dada, yang bisa menjadi tanda bahwa jantung sedang stres karena harus bekerja lebih keras. Rasa dingin di tangan dan kaki adalah gejala yang dapat terjadi dikarenakan aliran darah yang berkurang ke ekstremitas tubuh. Gejala-gejala ini menunjukkan pentingnya diagnosis dan pengobatan anemia yang tepat. Jika tidak diobati, anemia dapat menyebabkan

komplikasi serius seperti kerusakan organ atau gagal jantung.(Destra and Firmansyah 2022; Firmansyah et al. 2021) Gejala-gejala ini menunjukkan pentingnya penyuluhan dan skrining kesehatan, terutama mengenai gejala dan pencegahan anemia pada lanjut usia. Penyuluhan yang efektif dapat membantu lansia dan pengasuhnya mengenali tanda-tanda awal anemia sehingga dapat segera mencari pertolongan medis. Skrining kesehatan secara rutin juga sangat penting untuk mendeteksi anemia sejak dini dan mencegah perkembangan kondisi yang lebih serius. Dengan diagnosis dan pengobatan yang tepat, komplikasi serius seperti kerusakan organ atau gagal jantung dapat dihindari. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya penting untuk meningkatkan pemahaman tentang prevalensi dan faktor risiko anemia pada lansia, tetapi juga untuk mengembangkan strategi manajemen yang lebih efektif dan disesuaikan dengan kondisi lokal. Dengan demikian, upaya kolaboratif antara penyedia layanan kesehatan, badan pemerintah, dan organisasi kesehatan masyarakat dapat lebih ditingkatkan untuk menyediakan sumber daya, layanan skrining, dan program intervensi yang efektif bagi lansia. Hal ini pada akhirnya akan berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia secara keseluruhan.

1.2 Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya

Panti Lansia Bina Bhakti adalah fasilitas khusus untuk lansia yang dikelola oleh Yayasan Bina Bhakti. Didirikan pada tahun 1986 oleh Sr. Rina Ruigrok, BKK, dengan bantuan dari Sr. Regina, BKK, panti ini bertujuan untuk memberikan pelayanan sosial kepada lansia yang membutuhkan perawatan fisik dan emosional di masa tua. Fokus utama panti ini terletak di Panti Lansia Bina Bhakti di Jalan Masjid Nurul Iman No. 34, Curug, Babakan, Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan, Banten 15315. Lokasi ini dipilih berdasarkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan tingginya prevalensi penyakit metabolik kronis di antara lansia, termasuk kadar kolesterol yang tidak normal (dislipidemia) dan penumpukan lemak di hati akibat gaya hidup yang tidak sehat.



Gambar 1. Wilayah Mitra Jejaring

1.3 Uraian Hasil Penelitian dan PKM Terkait

Studi terkini telah menyoroti prevalensi dan beban kesehatan yang terjadi akibat anemia pada populasi lansia, yang menandai kondisi ini sebagai isu kesehatan masyarakat yang signifikan. Anemia pada lansia seringkali multifaktorial, diakibatkan oleh beragam faktor seperti defisiensi nutrisi (termasuk defisiensi besi, vitamin B12, dan asam folat), kondisi kronis (seperti penyakit ginjal kronis dan inflamasi kronis), serta gangguan hematopoiesis yang berhubungan dengan usia. Manifestasi klinis anemia pada populasi ini dapat beragam, mulai dari gejala ringan hingga berat, yang secara signifikan mempengaruhi kualitas hidup dan fungsi fisik lansia, serta berpotensi meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas. Kajian epidemiologis telah mengindikasikan peningkatan insidens anemia seiring dengan bertambahnya usia, dengan prevalensi yang lebih tinggi tercatat di kalangan individu berusia di atas 65 tahun. Faktor risiko terkait termasuk pola makan yang tidak memadai, penurunan penyerapan nutrisi, penggunaan obat-obatan yang berinteraksi dengan metabolisme besi dan vitamin, serta adanya penyakit kronis yang mempengaruhi produksi dan penghancuran sel darah merah. Menurut data yang disediakan oleh Pusat Pengendalian dan Pencegahan

Penyakit (CDC), prevalensi anemia pada populasi lansia di beberapa wilayah dapat mencapai hingga 20%, menandakan pentingnya intervensi dan pengelolaan yang efektif.^{6,7}

Pengelolaan anemia pada lansia memerlukan pendekatan yang komprehensif, melibatkan identifikasi dan penanganan penyebab yang mendasari, serta terapi yang ditargetkan untuk mengatasi defisiensi nutrisi spesifik. Terapi suplementasi besi, vitamin B12, dan asam folat seringkali merupakan komponen penting dalam pengelolaan anemia, bersamaan dengan penyesuaian terapi untuk kondisi kronis yang berkontribusi pada anemia. Pentingnya skrining rutin dan evaluasi anemia pada lansia juga ditekankan, untuk memastikan deteksi dini dan intervensi yang tepat guna mengurangi dampak negatif anemia pada kesehatan dan kesejahteraan lansia. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali aspek patofisiologis anemia pada lansia dan mengembangkan strategi pengelolaan yang lebih efektif, yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu dan kondisi kesehatan yang spesifik. Fokus pada pendidikan kesehatan dan promosi gaya hidup sehat juga penting, untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya nutrisi yang memadai dan manajemen kesehatan preventif dalam mencegah anemia dan memperbaiki hasil kesehatan pada populasi lansia.^{8,9}

1.4 Uraikan keterkaitan topik dengan peta jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar

Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Universitas Tarumanagara (Untar) mengedepankan isu-isu kunci dalam rencana strategisnya, khususnya dalam konteks promosi kesehatan dan pencegahan penyakit di kalangan lanjut usia. Kegiatan ini berfokus pada identifikasi dan pengelolaan faktor-faktor determinan yang mempengaruhi kesehatan lansia, dengan penekanan khusus pada penyakit tidak menular. Inisiatif ini merupakan bagian integral dari upaya kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup populasi lansia. Dalam mengatasi isu kesehatan lansia, PKM Untar mengambil pendekatan sistematis yang melibatkan pendidikan kesehatan, deteksi dini masalah kesehatan, serta implementasi strategi pencegahan yang efektif. Fokus pada penyakit tidak menular menjadi sangat penting, mengingat tingginya prevalensi dan dampak signifikan penyakit ini terhadap kesejahteraan lansia. Dengan mengidentifikasi faktor risiko dan kondisi yang berkontribusi terhadap

masalah kesehatan ini, program bertujuan untuk mengembangkan dan menerapkan intervensi yang tepat guna untuk mencegah dan mengelola penyakit tidak menular di kalangan lanjut usia. Melalui pendekatan ini, PKM Untar berupaya menciptakan dampak positif yang berkelanjutan pada kesehatan lansia, sekaligus mengurangi beban penyakit tidak menular dalam masyarakat. Program ini mendemonstrasikan komitmen Untar terhadap peningkatan kesejahteraan lansia dan kontribusinya terhadap pengembangan masyarakat yang lebih sehat dan inklusif.

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

2.1 Solusi Permasalahan

Dalam konteks pencegahan dan penanganan anemia pada populasi lansia, edukasi masyarakat memegang peranan penting. Aspek-aspek utama dari pendidikan ini meliputi:

1. Pencegahan dan Pengenalan Faktor Risiko: Pendidikan yang efektif dapat meningkatkan kesadaran lansia terhadap faktor risiko dan gejala awal anemia, seperti kelelahan, pucat, dan rasa tidak nyaman sehari-hari, yang seringkali dianggap sebagai bagian dari proses penuaan.
2. Promosi Gaya Hidup Sehat: Menginformasikan lansia tentang pentingnya menjaga pola makan seimbang yang kaya akan zat besi, vitamin B12, dan asam folat, serta pentingnya aktivitas fisik teratur untuk mendukung kesehatan darah.
3. Deteksi Dini: Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin untuk deteksi dini anemia, termasuk tes darah lengkap yang dapat mengungkapkan anemia dan penyebabnya.
4. Pengetahuan Pengobatan: Memberikan informasi kepada lansia tentang opsi pengobatan yang tersedia untuk anemia, mulai dari suplementasi nutrisi hingga pengobatan kondisi medis yang mendasarinya.
5. Pengurangan Biaya Perawatan Kesehatan: Dengan deteksi dan penanganan anemia secara dini, dapat mengurangi biaya perawatan kesehatan jangka panjang dan mencegah biaya tambahan akibat komplikasi yang ditimbulkannya.

Edukasi masyarakat dan deteksi dini sangat krusial dalam mengelola dan mencegah anemia pada lansia, yang tidak hanya membantu menjaga kualitas hidup mereka tetapi juga mencegah menurunnya kualitas kesehatan akibat kondisi ini.

2.2 Luaran Kegiatan

Rencana luaran kegiatan dalam kegiatan ini terdiri atas luaran wajib berupa publikasi jurnal pengabdian masyarakat ber ISSN dan Hak Kekayaan Intelektual (HKI).

No.	Jenis Luaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	Terbit
2	Prosiding dalam temu ilmiah	-
Luaran Tambahan		
1	Hak Kekayaan Intelektual (HKI) atau	Terdaftar
2	Teknologi Tepat Guna (TTG) atau	-
3	Model/Purwarupa (Prototip)/Karya Desain/Seni atau	-
4	Buku ber ISBN atau	-
5	Produk Terstandarisasi	-

Seluruh data dari pengabdian masyarakat ini akan diintegrasikan untuk publikasi penelitian.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

3.1 Langkah-langkah/Tahapan pelaksanaan

Tahapan Plan-Do-Check-Act (PDCA) merupakan metodologi kunci dalam implementasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terutama dalam edukasi tentang anemia pada lansia. Dalam tahap Perencanaan, tujuan edukatif ditetapkan dengan jelas, mencakup penyediaan informasi akurat mengenai anemia pada lansia, faktor risikonya, dan langkah-langkah pencegahan. Penentuan kelompok sasaran dan pemilihan metode penyampaian informasi yang efektif juga dilakukan pada tahap ini, bersama dengan perencanaan isi materi pendidikan dan metode evaluasi untuk mengukur pemahaman peserta.^{1,10}

Selanjutnya, tahap Pelaksanaan melibatkan penyajian materi edukatif kepada audiens secara sistematis dan jelas, menggunakan beragam media seperti presentasi, brosur, dan video, atau melalui diskusi kelompok untuk memfasilitasi pemahaman. Peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman mereka terkait dengan anemia pada lansia dan faktor risikonya, memungkinkan interaksi dua arah dan pertukaran pengetahuan yang efektif.

Dalam tahap Pemeriksaan, pemahaman peserta dievaluasi melalui berbagai metode seperti kuis singkat, diskusi, atau pertanyaan langsung. Evaluasi ini membantu dalam meninjau tanggapan peserta terhadap materi yang disampaikan dan mengidentifikasi area yang memerlukan penjelasan lebih lanjut atau perbaikan. Survei kepuasan peserta juga dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi secara keseluruhan.

Terakhir, tahap Tindakan mengharuskan penyelenggara untuk merefleksikan hasil evaluasi dan feedback dari peserta, untuk kemudian membuat perbaikan dan peningkatan pada materi pendidikan. Umpan balik ini menjadi dasar untuk implementasi perbaikan yang relevan dalam pendidikan selanjutnya, dengan tujuan untuk terus memantau dan meningkatkan pengetahuan serta pemahaman peserta tentang anemia pada lansia dan faktor risikonya. Melalui siklus PDCA yang berkelanjutan, program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk secara progresif meningkatkan kesadaran dan pemahaman

tentang anemia di kalangan lansia, serta mempromosikan langkah-langkah pencegahan dan manajemen yang efektif.

3.2 Partisipasi mitra dalam kegiatan PKM

Metodologi yang diimplementasikan untuk mengatasi isu anemia pada populasi lansia melibatkan serangkaian kegiatan edukatif yang menggunakan media seperti poster dan leaflet, yang mencakup elemen-elemen krusial dilakukan dengan beberapa tahap. Pertama, dilakukan sesi edukasi dengan menekankan pengenalan mengenai anemia pada kelompok lansia, yang bertujuan untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang apa itu anemia serta relevansinya dalam konteks kesehatan publik, terutama di antara populasi lansia. Materi ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran mengenai tingkat prevalensi anemia di kalangan lansia serta implikasinya terhadap kualitas hidup mereka. Selanjutnya, materi edukasi menyelidiki penyebab-penyebab anemia pada lansia, dengan mengeksplorasi berbagai faktor yang berkontribusi pada prevalensi kondisi ini dalam demografi tersebut. Faktor-faktor ini mencakup, namun tidak terbatas pada, defisiensi nutrisi seperti kekurangan asupan zat besi, vitamin B12, dan folat, kondisi medis kronis yang mempengaruhi proses sintesis hemoglobin, serta perubahan fisiologis yang terkait dengan proses penuaan.

Sesi berikutnya didedikasikan untuk mengidentifikasi tanda-tanda dan gejala-gejala umum anemia pada lansia, yang meliputi simptom seperti fatigue, pallor, dyspnea, dan asthenia. Pengenalan terhadap tanda dan gejala ini sangat penting untuk memfasilitasi deteksi dini anemia dan mendorong individu untuk mencari intervensi medis tepat waktu. Dalam konteks pencegahan dan terapi anemia pada lansia, penyuluhan menekankan pada pentingnya adopsi gaya hidup sehat melalui diet yang seimbang dan kaya akan nutrisi esensial seperti zat besi, vitamin B12, dan folat, serta menggalakkan aktivitas fisik yang teratur. Diskusi ini juga mencakup pentingnya intervensi medis dan suplementasi yang mungkin diperlukan untuk mengatasi defisiensi nutrisi tertentu.

Penyuluhan juga menyoroti keutamaan deteksi dini anemia di kalangan lansia, mendorong individu untuk menjalani pemeriksaan kesehatan periodik yang mencakup analisis darah lengkap untuk mengidentifikasi anemia dan etiologinya. Kegiatan berlanjut dengan evaluasi fisik dan kesehatan dasar, termasuk penilaian vital sign sebagai langkah

awal evaluasi dan pemeriksaan fisik umum untuk mendeteksi indikasi fisik anemia atau gangguan kesehatan lainnya. Dalam rangka mengatasi masalah anemia pada populasi lansia, pemeriksaan laboratorium hematologi lengkap merupakan langkah esensial yang dilakukan. Pemeriksaan ini melibatkan serangkaian prosedur yang bertujuan untuk mengevaluasi komponen darah secara menyeluruh, termasuk jumlah sel darah merah, kadar hemoglobin, hematokrit, serta indeks-indeks eritrosit seperti volume korpuskel rata-rata (MCV), hemoglobin korpuskel rata-rata (MCH), dan konsentrasi hemoglobin korpuskel rata-rata (MCHC). Proses pengambilan sampel darah untuk analisis hematologi ini dilaksanakan dengan mengambil di vena menggunakan jarum steril. Setelah sampel darah berhasil diperoleh, sampel tersebut kemudian dikirim ke laboratorium untuk diproses. Hasil dari pemeriksaan laboratorium hematologi lengkap ini kemudian ditelaah oleh dokter untuk menentukan adanya indikasi anemia atau gangguan hematologis lainnya, serta untuk memahami penyebab yang mendasarinya. Dengan demikian, pemeriksaan hematologi lengkap ini menjadi fondasi yang kuat untuk pengembangan rencana pengobatan dan manajemen kondisi anemia pada lansia, memastikan bahwa intervensi yang dilakukan dapat disesuaikan dengan kebutuhan spesifik setiap individu.

Maka dari itu, pendekatan terhadap anemia yang dilakukan komprehensif yang diadopsi mencakup langkah-langkah preventif untuk menghindari faktor risiko anemia, proteksi terhadap komplikasi potensial, diagnosis dini dan intervensi medis awal untuk mengatasi anemia sejak tahap awal, tindakan kuratif yang bertujuan untuk menangani penyebab anemia, serta rehabilitasi untuk mendukung proses pemulihan dan peningkatan kondisi kesehatan pasca-terapi anemia pada populasi lansia merupakan hal yang penting untuk terus menjaga kualitas hidup lansia.

3.3 Uraian Kepakaran dan tugas masing-masing anggota tim

Ketua bertugas:

1. Mencari Mitra yang bersedia bekerjasama dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat.
2. Melakukan survei kepada Mitra untuk mengetahui permasalahan yang mereka hadapi, terkait kesehatan.

3. Mencari solusi untuk mengatasi permasalahan Mitra.
4. Berkomunikasi dengan mitra untuk kelancaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
5. Membuat dan menyerahkan proposal ke LPPM.
6. Membuat/mengoordinir penyusunan materi yang akan diberikan kepada Mitra.
7. Melakukan persiapan awal pembekalan kepada Mitra.
8. Mengoordinir pembelian perlengkapan yang akan digunakan di lokasi Mitra maupun yang akan digunakan dalam pelaporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
9. Mengoordinir pelaksanaan kegiatan pembekalan di Mitra sesuai dengan jadwal kegiatan.
10. Membuat dan menyerahkan laporan kemajuan ke LPPM sekaligus hadir saat pelaksanaan monitoring dan evaluasi.
11. Membuat laporan akhir, dan laporan pertanggungjawaban keuangan.
12. Membuat luaran kegiatan

Tugas Mahasiswa:

1. Membantu persiapan administrasi untuk pelaksanaan PkM
2. Membantu administrasi pada hari pelaksanaan PkM
3. Membantu mengompilasi administrasi dan data sederhana yang terkumpul setelah kegiatan PkM

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan bahwa usia rata-rata peserta adalah 74,05 tahun dengan standar deviasi (SD) 8,22, rentang usia dari 55 hingga 97 tahun. Dari segi jenis kelamin, 20,4% adalah laki-laki dan 79,6% perempuan. Kadar hemoglobin rata-rata adalah 11,59 g/dL (SD 1,77), dengan distribusi 34,4% normal, 39,8% anemia ringan, 24,7% anemia sedang, dan 1,1% anemia berat. Rata-rata MCV adalah 85,55 fL (SD 6,28), dengan 89,2% normal dan 10,8% rendah. Rata-rata MCH adalah normal untuk 91,4% peserta dan rendah untuk 8,6% peserta. MCHC normal pada 97,8% peserta dan rendah pada 2,2% peserta. Hematokrit rata-rata adalah 35,46% (SD 5,15), eritrosit rata-rata 4,15 juta/ μ L (SD 0,62), leukosit rata-rata 7310/ μ L (SD 3319), dan trombosit rata-rata 240053/ μ L (SD 66677). Gambaran parameter antara kelompok jenis kelamin dijelaskan pada tabel 2 dan Gambar 1. Edukasi kepada lansia dilakukan menggunakan media poster (Gambar 2). Kegiatan pengabdian ini juga mencakup anamnesis, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan penunjang terkait anemia (Gambar 3).

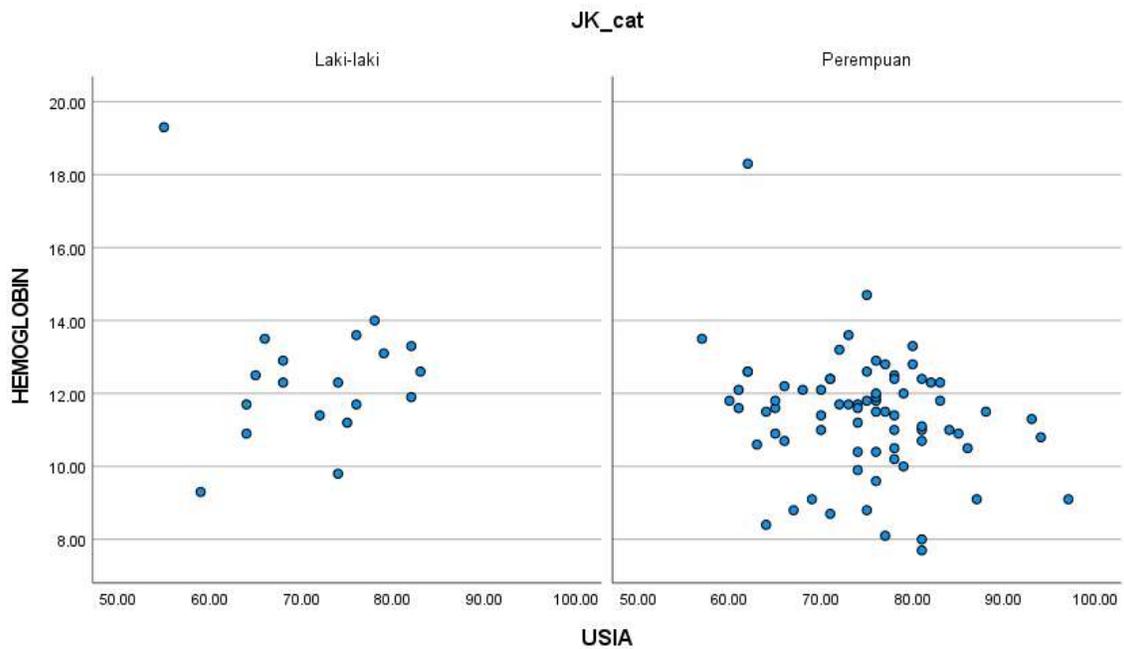
Tabel 1. Karakteristik Dasar Lansia Kegiatan Pengabdian

Parameter	Kategori	N	%	Mean	SD	Median	Min	Max
Usia				74.05	8.22	75	55	97
Jenis Kelamin								
	Laki-Laki	19	20.4					
	Perempuan	74	79.6					
Hemoglobin				11.59	1.77	11.7	7.7	19.3
	Normal	32	34.4					
	Anemia Ringan	37	39.8					
	Anemia Sedang	23	24.7					
	Anemia Berat	1	1.1					

MCV				85.55	6.28	87	69	96
	Normal	83	89.2					
	Rendah	10	10.8					
MCH								
	Normal	85	91.4					
	Rendah	8	8.6					
MCHC								
	Normal	91	97.8					
	Rendah	2	2.2					
Hematokrit				35.46	5.15	36	24	59
Eritrosit				4.15	0.62	4.1	3	7.10
Leukosit				7310	3319	7000	2230	27810
Trombosit				240053	66677	238000	76000	438000

Tabel 2. Gambaran Kejadian Parameter antar Kelompok Jenis Kelamin

Parameter	Kategori	Laki-laki		Perempuan	
		N	%	N	%
Hemoglobin	Normal	6	31,6	26	35,1
	Anemia Ringan	12	63,2	25	33,8
	Anemia Sedang	1	5,3	22	29,7
	Anemia Berat	0	0	1	1,4



Gambar 1. Perbandingan parameter antar kelompok jenis kelamin



Gambar 2. Poster edukasi parameter kepada lansia



Gambar 3. Kegiatan PKM meliputi anamnesis, pemeriksaan fisik, dan penunjang

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki hasil berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa anemia secara umum terjadi pada lansia yang sering kali disebabkan oleh faktor-faktor seperti kekurangan nutrisi, penyakit kronis, dan proses penuaan. Analisis lebih lanjut terhadap prevalensi anemia berdasarkan jenis kelamin menunjukkan perbedaan yang mencolok. Pada laki-laki, 31,6% memiliki kadar hemoglobin normal, 63,2% mengalami anemia ringan, dan 5,3% mengalami anemia sedang, tanpa ada kasus anemia berat. Sedangkan, pada perempuan, 35,1% memiliki kadar hemoglobin normal, 33,8% mengalami anemia ringan, 29,7% mengalami anemia sedang, dan 1,4% mengalami anemia berat. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap anemia dibandingkan laki-laki. Kekurangan nutrisi kronis dan kehilangan darah yang lebih sering terjadi pada perempuan dapat berkontribusi terhadap prevalensi anemia yang lebih tinggi. Selain itu, perempuan lansia cenderung memiliki cadangan zat besi yang lebih rendah dibandingkan laki-laki, yang berkontribusi terhadap prevalensi anemia yang lebih tinggi. Faktor-faktor biologis dan sosial juga memainkan peran dalam perbedaan ini, termasuk pola makan, status kesehatan, dan akses terhadap perawatan kesehatan.(Christian and Smith 2018; Kongkachuichai et al. 2007)

Edukasi yang efektif dapat membantu lansia mengenali gejala anemia lebih awal dan mencari perawatan medis yang tepat waktu. Banyak lansia tidak menyadari bahwa mereka menderita anemia atau tidak memahami konsekuensinya, sehingga sering kali tidak mendapatkan diagnosis atau pengobatan yang tepat. Edukasi yang tepat dapat meningkatkan kesadaran lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan diet seimbang yang kaya akan zat besi, vitamin B12, dan folat. Program edukasi ini mencakup informasi tentang faktor risiko, tanda dan gejala anemia, serta langkah-langkah pencegahan dan pengelolaan yang dapat dilakukan sehari-hari.(Baroto et al. 2023; Firmansyah et al. 2021) Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa program edukasi yang terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan lansia terkait dengan anemia. Selain pentingnya edukasi dan penyuluhan kepada lansia, juga penting untuk mengedukasi keluarga dan pengasuh mereka. Dukungan dari keluarga dan pengasuh memainkan peran penting dalam pengelolaan anemia pada lansia. Pengetahuan yang memadai tentang anemia dan cara mengelolanya dapat membantu keluarga dan pengasuh memberikan dukungan yang lebih baik bagi lansia,

termasuk memastikan bahwa mereka mendapatkan nutrisi yang cukup, mengikuti rutinitas pemeriksaan kesehatan, dan mengelola kondisi kesehatan kronis yang dapat memperburuk anemia. Edukasi juga mencakup informasi tentang pentingnya diet seimbang, pengobatan yang tepat, dan perlunya pemeriksaan kesehatan rutin. Edukasi yang efektif dapat meningkatkan deteksi dini anemia, memungkinkan intervensi yang lebih cepat dan lebih efektif, serta mengurangi risiko komplikasi serius yang terkait dengan anemia.(Tesfaye et al. 2015; Zhang et al. 2023)

Hasil dari kegiatan skrining ini menunjukkan bahwa anemia ringan lebih umum terjadi pada laki-laki, sedangkan anemia sedang dan berat lebih banyak ditemukan pada perempuan. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk perbedaan biologis, status kesehatan, dan akses terhadap perawatan kesehatan antara laki-laki dan perempuan. Perempuan lansia lebih rentan terhadap anemia sedang dan berat karena berbagai alasan, termasuk kekurangan nutrisi kronis, penyakit inflamasi, dan kondisi kesehatan lainnya yang lebih umum terjadi pada perempuan.(Baroto et al. 2023; Hidayat et al. 2023) Studi terdahulu juga menunjukkan bahwa perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia karena defisiensi zat besi dan vitamin B12, yang mendukung temuan bahwa kekurangan nutrisi merupakan faktor utama dalam prevalensi anemia pada perempuan. Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menegaskan pentingnya pendekatan edukasi yang komprehensif untuk mengatasi anemia pada lansia.(Destra and Firmansyah 2022; Kim et al. 2014)

Edukasi mengenai anemia harus mencakup informasi yang komprehensif dan mudah dipahami, disampaikan melalui berbagai metode seperti ceramah, brosur, video, dan konseling individu. Lansia harus didorong untuk mengikuti pemeriksaan kesehatan rutin, mengadopsi pola makan yang seimbang, dan memahami pentingnya pengelolaan kondisi kesehatan kronis. Keluarga dan pengasuh juga harus dilibatkan dalam proses edukasi ini untuk memastikan dukungan yang berkelanjutan bagi lansia.(Christian and Smith 2018; Destra et al. 2023) Program edukasi yang efektif dapat membantu mengurangi prevalensi anemia, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia, serta mengurangi biaya perawatan kesehatan jangka panjang yang terkait dengan komplikasi anemia.(Macciò and Madeddu 2012) Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat tercipta peningkatan kesadaran

dan pemahaman tentang anemia, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah dan mengelola kondisi ini secara efektif. Hal ini pada gilirannya akan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia dan pengurangan beban kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

BAB V

KESIMPULAN dan SARAN

5.1 Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa anemia adalah kondisi umum di kalangan lansia, dengan perempuan lebih rentan mengalami anemia sedang dan berat dibandingkan laki-laki. Mayoritas peserta memiliki kadar hemoglobin yang menunjukkan anemia ringan atau sedang. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki nilai normal untuk MCV, MCH, dan MCHC, namun ada juga yang menunjukkan nilai rendah, terutama pada parameter MCV dan MCH. Edukasi dan skrining kesehatan yang dilakukan terbukti penting untuk meningkatkan kesadaran lansia mengenai gejala anemia, pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, dan diet seimbang yang kaya zat besi, vitamin B12, dan folat. Program edukasi yang efektif membantu lansia mengenali gejala anemia lebih awal dan mencari perawatan medis yang tepat waktu. Keluarga dan pengasuh juga perlu dilibatkan dalam proses edukasi untuk memastikan dukungan berkelanjutan bagi lansia. Pengetahuan yang memadai tentang anemia dan cara mengelolanya dapat membantu mengurangi prevalensi anemia, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia, serta mengurangi risiko komplikasi serius sehingga berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia.

5.2 Saran

Perlu dilakukan kegiatan lanjutan untuk menilai manfaat jangka menengah dan panjang dari edukasi dan skrining yang sudah dilakukan pada kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Baroto, Radian Tunjung, Yohanes Firmansyah, Giovanni Sebastian Yogie, William Gilbert Satyanegara, and Joshua Kurniawan. 2023. "Profil Demografik, Hematologi, Serta Gula Darah Sewaktu Pasien Ulkus Diabetik Pro Amputasi." *MAHESA: Malahayati Health Student Journal* 3(10):3346–54.
2. Christian, Parul, and Emily R. Smith. 2018. "Adolescent Undernutrition: Global Burden, Physiology, and Nutritional Risks." *Annals of Nutrition and Metabolism* 72(4):316–28. Doi: 10.1159/000488865.
3. Destra, Edwin, Natasha Anggraeni, Ariel Bagoes Prakoso, Rafidah Hanina Ashil, Jamaludin Jamaludin, and Mika Jaya Juliastina. 2023. "Skrining dan edukasi pencegahan penyakit." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(2):01–08. Doi: 10.54066/abdimas.v2i2.287.
4. Destra, Edwin, and Yohanes Firmansyah. 2022. "Intervention Program in Effort to Reduce New Cases." *Jurnal Pengabdian Mandiri* 1(5):677–82.
5. Firmansyah, Yohanes, Gabriella Hafidha Badruddin, and Lidya Christiani. 2021. "Intervention in the Effort of Decreasing Anemia Incidence to Students of SMA N 4 Cikupa Kabupaten Tangerang." *Disease Prevention and Public Health Journal* 15(1):32.
6. Hidayat, Fadil, Giovanni Sebastian Yogie, Yohanes Firmansyah, Alexander Halim Santoso, Joshua Kurniawan, Ranindita Maulya Ismah Amimah, Brian Albert Gaofman, and Rifi Nathaznya Syachputri. 2023. "Gambaran Kadar Hemoglobin Dan Hematokrit Pada Wanita Usia Produktif." *MAHESA: Malahayati Health Student Journal* 3(11):3629–36.
7. Kim, J. H. Y., S. Shin, K. Han, K. C. Lee, J. H. Y. Kim, Y. S. Choi, D. H. Kim, G. E. Nam, H. D. Yeo, H. G. Lee, and B. J. Ko. 2014. "Relationship between Socioeconomic Status and Anemia Prevalence in Adolescent Girls Based on the Fourth and Fifth Korea National Health and Nutrition Examination Surveys." *European Journal of Clinical Nutrition* 68(2):253–58. Doi: 10.1038/ejcn.2013.241.
8. Kongkachuichai, Ratchanee, Arunwadee Kounhawej, Visith Chavasit, and Rin Charoensiri. 2007. "Effects of Various Iron Fortificants on Sensory Acceptability and Shelf-Life Stability of Instant Noodles." *Food and Nutrition Bulletin* 28(2):165–72. Doi: 10.1177/156482650702800205.
9. Macciò, Antonio, and Clelia Madeddu. 2012. "Management of Anemia of Inflammation in the Elderly." *Anemia* 2012:563251. Doi: 10.1155/2012/563251.
10. Mano, Donatila, Pasuarja Jeranding Ezra, Agnes Marcella, and Yohanes Firmansyah. 2023. "Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Edukasi Masyarakat Terhadap Hipertensi Serta Deteksi Dini Penyakit Gagal Ginjal Sebagai Komplikasi Dari Hipertensi." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2(2):34–45.

11. Tesfaye, Melkam, Tilahun Yemane, Wondimagegn Adisu, Yaregal Asres, and Lealem Gedefaw. 2015. "Anemia and Iron Deficiency among School Adolescents: Burden, Severity, and Determinant Factors in Southwest Ethiopia." *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics* 6:189–96. Doi: 10.2147/AHMT.S94865.
12. Zhang, huanrui, Xuejiao Wei, Jiani Pan, xitao Chen, and xiaodi Sun. 2023. "Anemia and Frailty in the Aging Population: Implications of Dietary Fiber Intake (Findings of the US NHANES from 2007-2018)." *BMC Geriatrics* 23(1):634. Doi: 10.1186/s12877-023-04352-9.

LAMPIRAN

1. Foto Kegiatan



2. Luaran Wajib



COMMUNITY DEVELOPMENT JOURNAL : JURNAL PENGABDIAN
MASYARAKAT
LEMBAGA PENGABDIAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
Jalan Tuanku Tambusai 23 Bangkinang Kabupaten Kampar Riau
email: codevelopment@gmail.com

SURAT BUKTI TERIMA

(Letter of Acceptance)

Nomor: 598/CDJ/V1/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mufarizuddin
Jabatan : Editor in Chief
Jurnal : Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat
ISSN : e-ISSN 2721-5008 | p-ISSN 2721-4990
Terindeks : Google Scholar, Portal Garuda (IPI), BASE, ROAD, Crossref, SINTA (Grade 5)

Menerangkan bahwa setelah dilakukan proses review dan revisi, maka tim redaksi (editorial team) menerima naskah dengan identitas berikut:

Nama : Yoanita Widjaja, Andini Ghina, Naufal Rayhan
Institusi : Universitas Tarumanagara
Judul : Kegiatan Pengabdian Masyarakat untuk Peningkatan Kesadaran dan Pencegahan Anemia pada Lansia

Dipublikasikan pada periode terbit Volume 5 Nomor 3 Tahun 2024. Demikian surat penerimaan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 27 Juni 2024
Kepala Editor,


Mufarizuddin, M.Pd

3. Luaran Tambahan



4. Poster





Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Anemia Dan Pencegahannya Pada Komunitas Lanjut Usia

Yonita Widjaja, 1048009, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Kaswana, 405220011, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara
Naufal Rayhan, 405220053, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara

Pendahuluan

Anemia adalah kondisi tubuh yang kekurangan sel darah merah atau hemoglobin sehingga menyebabkan penurunan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen. Anemia pada lanjut usia dapat terjadi karena berbagai faktor seperti kekurangan nutrisi, penyakit kronis, dan proses penuaan. Pada individu lanjut usia, anemia dapat meningkatkan risiko disabilitas hingga dua kali lipat dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami anemia. Peningkatan disabilitas ini kemudian mengurangi kemampuan hidup mandiri pada populasi lanjut usia. Oleh karena itu, penting dilakukan penyuluhan dan skrining kesehatan, terutama mengenai gejala dan pencegahan anemia pada lanjut usia.

Metode

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode PDCA (Plan-Do-Check-Act) untuk meningkatkan pemahaman tentang prevalensi dan faktor risiko anemia pada lansia serta memberikan strategi manajemen yang efektif untuk mencegah terjadinya kondisi yang lebih serius.

Hasil dan Pembahasan

Pada laki-laki, 31,6% memiliki kadar hemoglobin normal, 63,2% mengalami anemia ringan, dan 5,3% mengalami anemia sedang, tanpa ada kasus anemia berat. Sedangkan, pada perempuan, 35,1% memiliki kadar hemoglobin normal, 33,8% mengalami anemia ringan, 29,7% mengalami anemia sedang, dan 1,4% mengalami anemia berat. Hal ini disebabkan karena perempuan lebih sering mengalami kekurangan nutrisi kronis dan kehilangan darah, serta perempuan lansia cenderung memiliki cadangan zat besi yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Faktor-faktor biologis dan sosial juga memainkan peran dalam perbedaan ini, termasuk pola makan, status kesehatan, dan akses terhadap perawatan kesehatan. Edukasi yang tepat dapat meningkatkan kesadaran lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan diet seimbang yang kaya akan zat besi, vitamin B12, dan folat.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa anemia adalah kondisi umum di kalangan lansia, dengan perempuan lebih rentan mengalami anemia sedang dan berat dibandingkan laki-laki. Mayoritas peserta memiliki kadar hemoglobin yang menunjukkan anemia ringan atau sedang. Edukasi dan skrining kesehatan yang dilakukan terbukti penting untuk meningkatkan kesadaran lansia mengenai gejala anemia, pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, dan diet seimbang yang kaya akan zat besi, vitamin B12, dan folat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Direktur Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Bapak Ir. Jap Tji Beng, M.MsI., M.Psi, Ph.D, M.Ais., M.APA, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Dr. dr. Noer Saetan Tadjudin, Sp.KJ, dan Dokter Muda (PSPD) dan para mahasiswa PSSK Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara atas dukungan yang diberikan mulai dari persiapan sampai penyelenggaraan kegiatan pengabdian ini.

Referensi

Firmansyah, Yohanes, Gabriella Hafidha Badruddin, and Lidya Christiani. 2021. "Intervention in the Effort of Decreasing Anemia Incidence to Students of SMA N 4 Cikupa Kabupaten Tangerang." *Diseases Prevention and Public Health Journal* 15(1):32.

Hidayat, Fadil, Giovanni Sebastian Yogie, Yohanes Firmansyah, Alexander Halim Santoso, Joshua Kurniawan, Raniidita Maulya Ismah Amimah, Brian Albert Gaoifman, and Rifi Nathazivna Syachputri. 2023. "Gambaran Kadar Hemoglobin Dan Hematokrit Pada Wanita Usia Produktif." *MAHESA: Malahayati Health Student Journal* 3(11):3829-36.

Maccio, Antonio, and Clelia Madeddu. 2012. "Management of Anemia of Inflammation in the Elderly." *Anemia* 2012:563251. Doi: 10.1155/2012/563251.

Zhang, huanrui, Xuejiao Wei, Jiani Pan, xiao Chen, and xiaodi Sun. 2023. "Anemia and Frailty in the Aging Population: Implications of Dietary Fiber Intake (Findings of the US NHANES from 2007-2018)." *BMC Geriatrics* 23(1):834. Doi: 10.1186/s12877-023-04352-9

Tabel 1: Karakteristik Dasar Lansia Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Parameter	Kategori	Laki-laki	Perempuan
		N	%
Umur	60-69	4	24
	70-79	11	62
	80-89	1	6
Jenis Kelamin	Laki-laki	15	86
	Perempuan	2	12
	Total	17	100

Tabel 2: Gambaran Kejadian Parameter antar Jenis Kelamin

Parameter	Kategori	Laki-laki	Perempuan
		N	%
Kadar Hemoglobin	Normal	4	24
	Anemia Ringan	11	62
	Anemia Sedang	1	6
Skrining Besi	Ya	9	53
	Tidak	8	47
	Total	17	100

Gambar 1: Perbandingan Parameter Antar Kelompok Jenis Kelamin

Gambar 2: Poster Edukasi

Gambar 3: Kegiatan PKM Meliputi Anamnesis, Pemeriksaan Fisik, dan Penunjang

Kontak: yonitaw@fk.untar.ac.id

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440
P: 021 - 5695 8744 (Humas)
E: humas@untar.ac.id

 Untar Jakarta

 untar.ac.id

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana