

## SURAT TUGAS

Nomor: 193-R/UNTAR/Pengabdian/I/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

ALEXANDER HALIM SANTOSO, dr., M.GIZI


Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Deteksi Dini Sarkopenia Secara Dini Melalui Pemeriksaan Kekuatan Genggam Tangan Dan Antropometri Pada Guru Dan Karyawan Sma Santo Yoseph, Cakung, Jakarta Timur  
Mitra : Journal Of Human And Education  
Periode : Volume 4/Nomor 6/Desember 2024  
URL Repository : <https://jahe.or.id/index.php/jahe/article/view/1912>

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

24 Januari 2025

**Rektor**



**Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.**

Print Security : 00f8f99c79f72132af48ecc609f2e724

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

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

 Untar Jakarta

 [untar.ac.id](http://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



# Journal **Of** Human **And** Education

**JAHE**

**Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai**

[Home](#) / Editorial Team

## Editorial Team

### Editor In Chief

Putri Hana Pebriana, SINTA ID : 5978911, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

### Managing Editor

Yolanda Pahrul, SINTA ID : 6681866, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

### Editorial Board

Vitri Angraini Hardi, SINTA ID 6103876, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Zulfah, ID SCOPUS (57203357338) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Sri Ulfa Insani, ID SCOPUS (57211270154) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Astuti Astuti, SCOPUS ID (57211204405) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

M. Syahrul Rizal, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

### Peer Reviewers

Nurmalina, SINTA ID : 6002958, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Muhammad Fendrik, SINTA ID : 6048107, Universitas Riau, Indonesia

Ani Rosidah, SINTA ID : 6154061, Universitas Majalengka, Indonesia

Lenny Julia Lingga, Universitas Islam Riau

Erlinawati, SINTA ID : 6173021, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Vigi Indah Permatha Sari, SINTA ID : 6126056, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Melvi Lesmana, SINTA ID : 6127526, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Mufarizuddin, SINTA ID : 5976546, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Rizki Amalia, SINTA ID: 6146567, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

## Menu

<a href="#">🏠 Home</a>
<a href="#">🔍 Focus and Scope</a>
<a href="#">👤 Editorial Team</a>
<a href="#">Peer Reviewers</a>
<a href="#">Peer Review Process</a>
<a href="#">✍️ Author Guidelines</a>
<a href="#">📞 Contact Us</a>
<a href="#">📄 Open Acces Policy</a>
<a href="#">Publication Ethics</a>
<a href="#">© Copyright And Lisence</a>
<a href="#">📄</a>
<a href="#">Template Journal</a>



## Vol. 4 No. 6 (2024): Journal of Human And Education (JAHE)



**DOI:** <https://doi.org/10.31004/jh.v4i6>

**Published:** 2024-11-01

### Articles

#### **Upaya Peningkatan Ekonomi Kelompok Tani Pepaya Desa Teuladan Aceh Besar Melalui Diversifikasi Produk**

Umi Fathanah, Yanna Syamsuddin, Pocut Nurul Alam, Ernawati Ernawati, Wahyu Rinaldi, Edi Munawar, Yunardi Yunardi

1417-1422



pdf

#### **Filsafat Dan Sains Prespektif Yunani Dan Islam**

Muhammad Nasrullah Ramadhana, Mat Amin, Azizah Hanum OK

1384-1390



pdf

#### **Deteksi Dini Sarkopenia Secara Dini Melalui Pemeriksaan Kekuatan Genggaman Tangan Dan Antropometri Pada Guru Dan Karyawan Sma Santo Yoseph, Cakung, Jakarta Timur**

Alexander Halim Santoso, Daniel Goh, Hans Sugiarto

1423-1430



### **Pelatihan Membuat Pertanyaan Kritis Untuk Mengasah Keterampilan Berpikir Kritis Siswa**

Diyah Ayu Rizqiani, Vella Anggreana, Betty Sailun, Suci Rezky Bilni, Retno Alita

1391-1395



### **Pelatihan Pemanfaatan Teknologi Bantu Website Ramah Difabel “Evernoted” di SLB Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa (YPTB) Malang**

Rizki Agung Novariyanto, Puspita Pebri Setiani, Faizah Ulumi Firdausi, Ferdinan Bashofi, Prihma Sinta Utami, Septa Rahadian

1402-1409



### **Penyuluhan Dampak Penggunaan Online Shop Sosial Media dan Internet Terhadap Remaja**

Sopi Sapriadi, Kiki Hariani Manurung, Nova Hayati, Yofhanda Septi Eirlangga, Aldo Eko Syaputra, Firda Rahmadhani, Nurul Hasanah

1147-1151



### **Tujuan Pendidikan Perspektif Hadis**

Zulfahmi Lubis, Irma Handayani, Wan Tasya Anwar, Yusranida Hidayati, Laila Fathimah

1374-1383



### **Pembangunan Sumber Daya Manusia Indonesia Di Era Digital: Pembahasan Pada Seminar Oleh Dosen Lintas Perguruan Tinggi**

Soegeng Wahyoedi, Riesna Apramilda, Rinovian Rais, Kushariyadi, Loso Judijanto, Saeful Amin, Heppi Syofya, M. Isa Anshori

1-5



### **Pelatihan Tour Guide Lokal Dalam Mendukung Trekking Desa Ole, Marga, Tabanan**

Herna Lastari Ni Kadek, Merry Nirmala Yani Ni Wayan, Lianda Ayu Puspita Ni Putu

6-11



### **Mengatasi Nyeri Haid (Disminorea) dengan Yoga dan Pemanfaatan Media Murotal Al-Qur’an Melalui**

### **Pkm Dosen Stikes 'Aisyiyah Palembang**

Wita Solama, Kurniawaty Kurniawaty, Rhipiduri Rivanica, Sari Lisa Nurjanah, Sukma Meida

12-21



### **Pendampingan Dan Bantuan Hukum Terhadap Anak Di Bawah Umur Yang Menikah Di Bawah Tangan Di Desa Munggu**

Holinda Handayani, Devina Anggelina, Muhammad Anugrah

22-25



### **Pelatihan Dan Pendampingan Tata Kelola Desa: Meningkatkan Kapasitas Pejabat Desa Dalam Kemahiran Teknologi Dan Modernisasi Administrasi Di Kampung Kweel**

Nur Jalal, Anis Munfarikhatin, Syahrabudin Husein Enala, Umiyati Haris, Frederikus Antonius Mana

26-32



### **Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Melalui Produksi Olahan Yoghurt Buah Naga Di Desa Bukit Lembah Subur, Kerumutan, Pelalawan**

Sayuti Irda, Imam Mahadi, Harlis Harlis, Darmawati Darmawati, Nursal Nursal

33-39



### **Edukasi dalam Rangka Peningkatan Kualitas Pemerintahan Desa Melalui Pelatihan Tata Kelola dan Transparansi Anggaran**

Deny Susanto

40-45



### **Optimalisasi Manajemen Sumber Daya Manusia Dalam Administrasi Publik Untuk Meningkatkan Efisiensi Layanan Publik**

Hasbiah Hasbiah, Tunggul Prasodjo, Nur Imam Saifuloh, Anshar Daud, Murtiadi Awaluddin

46-53



### **Pengelolaan Keuangan Apotek Dan Peningkatan Layanan Farmasi Untuk Menunjang Profitabilitas**

Muntasir Muntasir, Rustan Rustan, Deni Anggreani Sutomo, Emily Nur Saidy, Sri Prilmayanti Awaluddin

54-61





### **Pelatihan Proyek Sinema untuk Meningkatkan Berpikir Kritis dan Kolaborasi Siswa SD melalui Project Based Learning (PjBL) dan Bedah Film**

Rika Mellyaning Khoiriya, M. Lutfhi Oktarianto, Wida Rahayuningtyas  
62-73



### **Program Kreatif untuk Menciptakan Masyarakat Literasi di Kawasan Pesisir Desa Potanga Kabupaten Boalemo**

Wiwiy Triyanty Pulukadang, Fidyawati Monoarfa, Nur Sakinah Aries  
74-80



### **Daur Ulang Sampah Plastik Dalam Meningkatkan Ekonomi Masyarakat Pesisir: Blue Economic**

Andi Sumarlin K, Rachmawaty Rachmawaty, Amraeni Amraeni, Dilllah Faradilla Hasanah, Riski Aprilianti Baharuddin, Andi Izatul Fiddah  
81-85



### **Pendampingan Dalam Meningkatkan Tata Kelola Keuangan Pada Koperasi Putra Putri Amanah**

Heri Faisal Harahap, Vicka Pramudya Putra, John Nefri, Roni Afrizal, Indria Ukrita, Arnayulis Arnayulis, Azzukhruf Ariliusra, Muhammad Irsyad Syaifulloh Akmal, Fahriansah Fahriansyah, Indah Trifebriana, Luthfy Hidayat  
86-90



### **Pelatihan Pembuatan Pupuk Organik Cair (POC) Sebagai Upaya Pengelolaan Sampah di Kampung Ramah Lingkungan Kampoeng Berseri, Cileungsi, Bogor**

Asep Kurniawan, Ratna Widya Iswara, Dinda Kadarwati, Maria Agustin, Iik Muhamad Malik Matin, Fachroni Arbi Murad, Nur Fauzi Soelaiman, Muhammad Yusup, Syamsi Dwi Cahya  
91-97



### **Pembuatan Kripik Dengan Memanfaatkan Limbah Batang Pisang Sebagai Sarana Peluang Bisnis (UMKM) Ibu-ibu Rumah Tangga Di Desa Jaharun B Kecamatan Galang**

Tri Ananda Shafa, Nurhazizah Nurhazizah, Kanaya Tri Nazwa, Cindy Safitri, Ira Mayang Sari, Harianto Harianto  
98-106



### **Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Melalui Pengembangan Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) Berbasis Digital**

Lia Nurina, Nurul Septya Magisa, Fransiska Ekobelawati, Iswanto Iswanto, ishak ishak

107-115

**Pengendalian Terhadap Penyakit Tidak Menular di RT 002 RW 001 Pondok Karya, Tangerang Selatan**

Rian Agus Setiawan, Gaung Eka Ramadhan, Nila Rostarina

116-121

**Edukasi Cuci Tangan Pada Anak Santri Di Raudhatul Athfal Al-Amanah**

Gaung Eka Ramadhan, Rian Agus Setiawan, Nila Rostarina

122-126

**Karakteristik Perkembangan Fisik, Kognitif, Emosi Sosial, dan Moral Pada Anak Usia Sekolah Dasar (7-12 Tahun)**

Setiana Setiana, Eva Imania Eliasa

127-138

**Pengolahan Hasil Pertanian Bawang Merah Goreng untuk Meningkatkan Perekonomian Masyarakat Ladang padi Surian**

Rahmatul Hayati, Nailal Husna, Defri Rahman, Oktia Verinda, Syahrul Rahmadani

139-146

**PKM Pelatihan Teknik Persuasi Digital, Manajemen Usaha dan Pengolahan Minyak Goreng Bekas terhadap Komunitas Pemuda Pengumpul Jelantah (KPPJ) Dharmasraya**

Dodi Widia Nanda, Muhammad Hendra, Firmansyah Putra, Hikmatul Hasanah, Fatahillah Husen Rakhmadani

147-154

**Mengembangkan Kreativitas Masyarakat dalam Inovasi Produk UMKM Melalui Pelatihan Pembuatan Takoyaki sebagai Upaya Peningkatan Ekonomi Masyarakat di Desa Mata le Kecamatan Blangpidie Kabupaten Aceh Barat Daya**

Maulidar Maulidar, Nahya Fadillah, Riza Aprillia, Nur Dian, Ilhamsyah Ilhamsyah, TR Agus Rizal

155-160

**Penguatan Pemahaman Anti-Bullying Pada Siswa SD X Di Jakarta**

Valencia Valencia, Anjeli Febriyanti, Natalie Ocberta, Monika Monika

161-168



### **Edukasi Dan Pelatihan Teknis Sitasi Jurnal Scopus Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir Sebagai Penguatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Yang Berkualitas**

Rinovian R, Yovita Yovita, Muhammad Dalim, Sulaeman Sulaeman, Syamsul Anwar

169-177



### **Pelatihan Manajemen Kelas Berbasis Edutainment Bagi Dosen Pemula Dalam Mewujudkan Pembelajaran Yang Menyenangkan**

Moh. Solehuddin, Dadang Muhammad Hasyim, Wa Ode Riniati, Hamzah Puadi Ilyas, Muslimin Muslimin

178-185



### **Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Digital Marketing Untuk Usaha Mikro Dan Kecil**

Muhammad Hendra, Loso Judijanto, Gingga Prananda, M.Amin Fatulloh, Dheo Rimbano, Murthada Murthada

186-191



### **Penanaman Pohon di Area Kampus Sekolah Tinggi Teknologi Migas Program CSR PT Elnusa Tbk dengan Prodi D3 Teknik Instrumentasi Elektronika Migas 2024**

Ain Sahara, Dawi Yanti, Nurjanah, Nijusiho Manik, Fitri Oktafiani

192-197



### **Penggunaan Alat Ukur Gula Darah dan Kolesterol dengan Metode Non-Invasif Menggunakan NODE MCU ESP32 dalam Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Masyarakat Kelurahan Graha Indah dan Karang Joang Kota Balikpapan**

Fitri Oktafiani, Nurjanah Nurjanah, Ain Sahara, Rangga Derbika, Muhammad Iqbal, Nijusiho Manik, Risna Risna, Eka Megawati, Debora Ariyani, Yuniarti Yuniarti, Meita Rezki Vegetama

198-202



### **Sosialisasi Ruang Ekologis Berbasis Nilai-Nilai Religius Pada Masyarakat Nelayan di Desa Liya One Melangka, Wangi-Wangi Selatan Wakatobi**

Rifal Rifal, Ahmadin Ahmadin, La Malihu, M. Rasyid Ridha, Ilham Samudra Sanur

203-208



### **Pelatihan Menyenangkan Menemukan dan Memahami Pesan Kitab Suci di Institut Agama Kristen Renatus Pematang Siantar**

James Pasaribu, Marlan Pardede, Terapul Lubis

209-215



### **Pelatihan Teknik Restructuring Cognitive dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Kenakalan Remaja**

Donal Donal, Mahdum Mahdum, Arlizon R, Isnaria Rizki Hayati, Kiki Mariah, Siska Mardes, Munawir Munawir

216-221



### **Pemetaan Potensi Wisata Dan Sosialisasi Sadar Wisata Dalam Meningkatkan Daya Tarik Desa Sidemen, Kec.Sidemen, Kabupaten Karangasem**

Ida Ayu Kade Werdika Damayanti, Made Sudiarta, Budi Susanto, A. Agung Putu Swabawa, Ni Made Rai Erawati

222-227



### **Sosialisasi Dalam Pencegahan Bullying di Kalangan Siswa SMP di SMP 14 Seluma**

Agung Stiawan, Romadhona Kusuma Yudha, Rahmat Jumri, Rizki Rizki

228-237



### **Hilirisasi Produk Udang Lomo Melalui Program Pemberdayaan Desa Maritim pada Industri Pengolahan Hasil Laut di Desa Kawite - Wite, Sulawesi Tenggara**

Ibnu Syahrul, Hasrawati Hasrawati, Hamid Hamid, La Ode Muhammad Handra, Gita Masriwati, Marsela Febryanty, Ikha Frida Ismawati Tawakkal, Hasrawati Hasrawati, Muh. Karnoha Amir, Wa Ode Dien Indalestari, Yogi La Ode Prianata, Wa Ode Umrawati Latif

238-245



### **Peningkatan Kualitas SDM Melalui Pelatihan Sadar Wisata dan Sapta Pesona Di Desa Pakuan, Lombok Barat**

Ni Wayan Sintya Dewi, Yuni Sulpia Hariani, Sang Ayu Made Krisna Dewi Natalia, I Ketut Suarta, Harisal Harisal

246-252



### **Optimalisasi Kompetensi Guru Melalui Workshop Inovasi Pembelajaran Berbasis Digitalisasi Di Mas**

### **Tarbiyah Islamiyah Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang**

Tumiran Tumiran, Bahtiar Siregar, Nanda Rahayu Agustia, Faiza Azhari

253-260



### **Aplikasi Fitobiotik Untuk Meningkatkan Produksi Telur Ayam Kampung**

Elly Tugiyanti, Rosidi Rosidi, Imam Suswoyo, Nu'man Hidayat

261-266



### **Penyuluhan Dismenore Serta Upaya Penanganan Secara Komplementer Di SMA N 16 Pekanbaru**

Ade Febriani, Sellia Juwita, Yulia Febrianita, Syamsul Bahri Riva'i

267-271



### **Peran Kepemimpinan Yang Efektif Dalam Meningkatkan Kinerja Institusi Pendidikan**

Alean Kistiani Hegy Suryana, Sri Purwati, Kushariyadi, Enny Diah Astuti, Evi Gusliana, Putri Rahmah Alamsyah, Dana Aswadi

272-276



### **Pelatihan Seni Henna Pengantin Bagi Masyarakat Untuk Meningkatkan Pendapatan Lokal dan Peluang Usaha Bagi Masyarakat Desa Lhung Tarok Kecamatan Blang Pidie Kabupaten Aceh Barat Daya**

Dimas Bagus Susanto, Mila Riska, Taufit Kurrahman, Mauliza Putri, Rosma Nidar, Danil Ardika

277-282



### **Pendampingan dan Pelatihan Pendaftaran Merek Dagang dan Digital Marketing Pada UMKM Kripik Tempe di Kenagarian Sungai Langkok**

AinulBadri AinulBadri, Fenisi Resty, Dian Estu Prasetyo

283-289



### **Implementasi Panel Surya Untuk Medukung Aktivitas Pelayanan Administrasi Pada Kantor Desa Borisallo Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa**

M. Anas Masa, Abdullah Basalamah, Muhammad Zainal Altim, Syamsir Syamsir

309-322



### **Persepsi Guru dalam Pemberdayaan Pelestarian Warisan Budaya Lokal Sebagai Media Pembelajaran di Sekolah Dasar**

Eva Mulyani, Naila Fauza, Charlina Charlina, Zetra Hainul Putra, Hadriana Hadriana, Ria Novianti, Rifqa Gusmida Syahrin Barokah  
290-297



### **Kegiatan Bakti Sosial Di Masyarakat Dalam Upaya Pengenalan Penyakit Sejak Dini**

Tsamrotul ilmi, Neni Probosiwi, Anis Akhwan Dhafin, Nur Fahma Laili, Mujtahid Bin Abd Khadir, Datin An-Nisa Sukmawati, Prayoga Fery Yuniarto  
298-302



### **Pelatihan Ecoprint Berbasis Pemberdayaan Masyarakat untuk Pengelolaan Limbah Organik**

Lina Alfnyani, Latutik Mukhlisin, Nuril Endi Rahman, Agus Yulianto, Noor Alis Setiyadi, Sarjito Sarjito, Ima Siti Khuzaimah, Jery Jery, Sumini Sumini, Roidah Nur Afifah, Arifin Arifin, Kristofora Karolina Kewa  
303-308



### **Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pelatihan Budidaya Jamur Tiram**

Suhartini Azis, Halijah Halijah, A. Andriyani Asra, Anna Majid  
309-316



### **Pelaksanaan Program Bina Diri Dalam Meningkatkan Kemandirian Pada Anak Tuna Grahita Di SLB C Muzdalifah**

Rika Widya, Salma Rozana, Muhammad Yunan Harahap, Noviar Panggabean  
317-322



### **Pemanfaatan Buah Kolang Kaling Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Dini Di Desa Sei Limbat Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat**

Zannatunnisya Zannatunnisya, Rika Widya, Ismaraidha Ismaraidha, Ika Sasmita  
323-328



### **Pemeriksaan Dan Edukasi Deteksi Dini Kolesterol Tinggi Pada Masyarakat Di Kudus**

Emma Ismawatie, Yulia Ratna Dewi, Yulita Maulani, ka Evan Supriyanto  
341-344



### **Pemberian Edukasi PHBS di SD Negeri 25 Gadut Sawah Dangka dengan Metode PEREKAT**

Lisa Fradisa, Kalpana Kartika

345-349



### **Pencegahan Pernikahan Dini, Remaja Di Desa Sumare Kecamatan Mamuju**

Raodatul Jannah Darwis, Joko Prasetyo, Indasah Indasah, Yammam Yammam

350-354



### **Edukasi Mitigasi Bencana Banjir Masyarakat Di Desa Semenpinggir Kecamatan Kapas Kabupaten Bojonegoro**

Nova Nevila Rodhi, Ichwan Hadi Saputra

355-360



### **Sosialisasi Strategi Efektif Pemasaran UKM Faisal Jaya Gorden, Di Kecamatan Medan Amplas**

Teddy Pribadi, Patar Marbun, Marali Banjarnahor

361-366



### **Peningkatan Usaha Ikan Wader Dengan Kolam Portable**

Taufiq Hidayat, Kelik Perdana W.K, Doni Ferdiansyah

367-372



### **Peningkatan Pengetahuan Peran Ayah Sebagai Breastfeeding Father Dalam Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Sinama Nenek Kabupaten Kampar**

Elmia Kursani, Nurlisis Nurlisis, Divanita Antony

373-377



### **Pendampingan Tutor Bahasa Inggris YPPNH Dalam Menggunakan Media Pembelajaran Berupa E-Modul Interaktif**

Nia Kurniati, Hastuti Retno Kuspiyah, Lailatul Fitriyah, Atika Faizatul Isma

378-395



pdf

### **Pendampingan Program Pembelajaran Bahasa Asing Dengan Metode Tutor Sebaya Di MAN 2 Agam**

Dina Salsabila, Martin Kustati, Gusmirawati Gusmirawati, Rezki Amelia

396-406



pdf

### **Pelatihan Serta Pendampingan Penghitungan, Penyetoran, Dan Pelaporan Pajak Bagi Wajib Pajak Orang Pribadi**

Kristina Wada Betu, Antonius Y.W Timuneno, Alfonsus R. Suninono, Marlinda Babu

407-411



pdf

### **Workshop Peserta Didik Pada Sekolah Pra-Nikah Dan Sekolah Lansia Salimah Pada Kelurahan Tahtul Yaman Kecamatan Pelayangan Berbasis Wawasan Sanitasi**

Bunga Mardhotillah, Shally Yanova, Sarmada Sarmada, Gusmanely Z, Lailal Gusri

412-416



pdf

### **Inovasi Olahan Bayam Brazil Menjadi Kuliner Sehat Pada Kelompok Tani "Mekar Tani" Kabupaten Lima Puluh Kota**

Sri Indrayati, Wilda Laila, Sri Mona Octafia, Harleni Harleni, Yensasnidar Yensasnidar, Suryani Suryani

428-432



pdf

### **Analisis Perbandingan Efektivitas Sistem PPDB Konvensional dan Online : Kajian terhadap Aspek Waktu, Biaya, dan Akurasi Data**

Waska Warta, Janaenah Janaenah

433-438



pdf

### **Inovasi Pengolahan Buah Naga Merah Menjadi Keripik Renyah di Desa Ganra Kabupaten Soppeng**

Nurchaya Nurchaya, Tri Septiani, Syamsu Rijal, Sri Hardianti Rosadi, Muhammad Arafah, Ahmad Yani, Sema Sema, Irma Ramadhani Syam, Tengku Ryzky Paisal

439-444



pdf

### **Pelatihan dan Inovasi Packaging untuk Meningkatkan Daya Saing Kain Tenun Sutera di Desa Walanga, Kecamatan Penrang, Kabupaten Wajo**



Sri Hardianti Rosadi, Nurcaya Nurcaya, Syamsu Rijal, Muhammad Arafah, Ruslang Ruslang, Winarti Winarti, Muh Akram Samramadana, Nurhalisa Nurhalisa

445-449



### **Peran Teknologi Dan Digitalisasi Untuk Meningkatkan Performa Organisasi**

Moch Arif Hernawan, Siti Annisa Wahdiniawati, Tanti Widia Nurdiani, Anita Bawaiqki Wandanaya, Muhammad Hery Santoso, Saryanto Saryanto, Hendra Hendra, Ratu Nadya Wahyuningratna

450-453



### **Pemberdayaan Masyarakat berbasis Penyuluhan tentang Imunisasi Dasar lengkap pada Balita di Dusun Iambenah Desa Nyalabuh laok Kecamatan Pamekasan**

Kurrotun Aini, Yulia Paramita Rusady

454-458



### **Remaja Putri Bebas Anemia Di Daerah Rural Melalui Program “Gang Meri “**

Eni Subiastutik, Gumiarti Gumiarti

459-462



### **Workshop Pembuatan Herbarium Kering di SMAN 1 Tanjung Jabung Barat**

Muswita Muswita, Asni Johari, Upik Yelianti, M. Erick Sanjaya, Dara Mutiara Aswan

463-468



### **PMP: Pemberdayaan Kelompok Remaja Masjid Al-Karomah dalam Pembuatan Virgin Coconut Oil wangi Pandanus Amarylifolius (VCO wangi daun pandan) untuk kesehatan kulit lanjut usia di Kecamatan Tenayan Raya**

Isna Ovari, Desy Winda, Iqra Idri Fikha, Fitra Wahyuni

469-478



### **Pelatihan Budidaya Tanaman Hidroponik Buah Melon dalam Rangka Meningkatkan Kesejahteraan pada Istri Ustadz Pondok Pesantren Riyadhussholihiiin Cimanuk – Pandeglang**

Yenny Dwi Handayani, Putri Dwi Wahyuni, Debbie Yoshida

479-485



### **Peningkatan Nilai Tambah UMKM Catering Melalui Pelatihan Garnish Pada Produk Tumpeng**

Nopi Tikasari, Dwi Fitra Arreski, Ria Ekanindya W, Hurian Kamela

486-492



PDF

### **Pengembangan Pembelajaran Berbasis IT Di Madrasah Ibtidaiyah Ihsaniyah Danau Sipin Kota Jambi**

Supian Supian, Sahrizal Vahlepi, Warissuddin Soleh, Neldi Harianto, Mar'atun Sholiha

493-498



pdf

### **Kegiatan Story Telling Dalam Meningkatkan Kemampuan Speaking Anak**

Noerjanah Noerjanah; Khomarun Khomarun

499-501



pdf

### **Strategi Kie (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) Sebagai Upaya Mengurangi Stigma Masyarakat Pada Pasien Tb di Kecamatan Leihitu**

Cut Mutia Tatisina, Hamdan Hariawan, Sitti Johri Nasela

502-505



pdf

### **Pelatihan Penggunaan Fitur Komunitas Belajar pada Platform Merdeka Mengajar (PMM) di SD 182/1 Hutan Lindung**

Arsil Arsil, Ahmad Hariandi, Andi Gusmaulia Eka Putri, Silvina Noviyanti, Akhmad Faisal Hidayat

506-510



pdf

### **Pendampingan Digitalisasi Pengelolaan Pendidikan dalam Upaya Meningkatkan Akreditasi MIN 2 Tanjung Jabung Timur**

Yudo Handoko, Bradley Setiyadi, Musayyadah Musayyadah, Agus Lestari, Hansein Arif Wijaya

511-515



pdf

### **Peningkatan Ketahanan Kesehatan Jiwa Remaja Di Posyandu Remaja Desa Bejjong Trowulan Mojokerto**

Rini Nur Diana, Erika Agung

516-519



pdf

### **Dinamika Organisasi Karang Taruna Dalam Membangun RT 03 Melalui Perayaan 17 Agustus Desa Sedatigede**

Indah Maulana, Isa Anshori  
520-526



### **Penyuluhan Teknik Relaksasi Hypnobrithing Pada Ibu Hamil trimester III Dalam Persiapan Persalinan**

Husnol Hotimah, Kinanatul Qomariyah  
527-531



### **Optimalisasi Pendampingan Strategi Digital Marketing dan Peningkatan Daya Saing UMKM Jamur Tiram**

Lamidi Midi, Marjam Desma Rahadhini, Sisca Dian Rahmawati, Leo Agung Saputra  
532-536



### **Implementasi Strategi Konten Company Profile Untuk Meningkatkan Efektivitas Pt Global Aneka Pangan Dalam Menarget Pelanggan Internasional**

Vincent Linardo, Ratih Anggraini  
537-542



### **Edukasi Kujaga Tubuhku Dengan Media Komik Pada Anak Usia Dini**

Kartika Mariyona, Mega Ade Nugrahmi, Pagdy Haninda Nusantri Rusdi, Ninda Hotmartua Hsb  
543-547



### **Pelatihan Test of English as Foreign Language sebagai Upaya Peningkatan Kompetensi Guru Bahasa Inggris di Kabupaten Merauke**

Ekfindar Diliiana, Desca Angelianawati, Rival Hanip  
548-554



### **Pelatihan Teknik Berorganisasi Bagi Kelompok Tani Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan**

Maringan Panjaitan, Zeni Oktavianis, Aprilia Siringoringo, Michael Ade Putra  
555-559



### **Penguatan Karakter Bangsa Bagi Kelompok Tani Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan**

Jonson Rajagukguk, Karunia Berkat, Jaya Zai, Amsal Ambarita

560-563



pdf

### **Pemanfaatan Digital Marketing Bagi Anggota Kelompok Tani Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan**

Natalia Sihombing, Trija Siagian, Monica Destia.E. Pardosi

564-570



pdf

### **Pelatihan Kepemimpinan Sektor Publik Bagi Kelompok Tani Kelurahan Besar Kecamatan Medan Labuhan**

Vera Pasaribu, n Pascal Taringan, Anggitha Serevina Sigalingging

571-574



pdf

### **Edukasi Pendidikan Keputihan Pada Remaja Putri**

Mega Ade Nugrahmi, Kartika Mariyona, Amelya Permata Sari, Pagdya Haninda Nusantri Rusdi, Rifni Seppri Yanti

575-578



pdf

### **Pemberdayaan Perempuan Pegunungan Kota Ambon Melalui Pelatihan Diversifikasi Produk Olahan Perikanan**

Hendri D. Hahury, Steven Siaila, Dientje R umerung, Hermi Oppier, Izaac T. Matitaputty, Sherly Ferdinandus,

Terezia V. Pattimahu

579-586



pdf

### **PENDAMPINGAN PEMBUATAN PROTOTIPE PERANGKAT AJAR BAHASA INGGRIS KURIKULUM MERDEKA UNTUK GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KOTA JAMBI**

Ella Masita, Marzul Hidayat, Fortunasari Fortunasari, Amirul Mukminin, Muhammad Gowon, Saiful Effendi

587-590



pdf

### **Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengembangan Usaha Mikro Bawang Goreng Di Tamaje'ne**

Andi Haslindah, Ernawati Ernawati, Andi Haslindah

591-595



pdf

### **Menjalin Silaturahmi Dengan Warga Serumpun Dalam Peningkatan Kualitas Hidup Dinegeri Seberang**

Jannati Tangngisalu, Syamsul Alam, Dahniyar Daud, Marwah Yusuf, Nurlaely Razak, Sufiati Sufiati, Gunawan L. Pongkapadang, Nuramal Nuramal, Muhammad Ilham  
596-600



### **Pendampingan Perawatan Pada Bayi Baru Lahir Rendah (BBLR) Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2024**

Maidina Putri, Khairani Khairani  
601-604



### **Assistance in Developing STEM-Based Independent Curriculum Learning Tools Integrated with the Muaro Jambi Temple Archaeological Site for Teachers at SMPN 17 Kota Jambi**

Rahma Dani, M.Salam M.Salam, Anwar Sanusi, Padhil Hudaaya, Ade Bayu Saputra, Neneng Lestari  
605-612



### **Optimalisasi Pengelolaan Limbah Organik Menjadi Pupuk**

Elim Trika Sudarsi, Enos Lolang, Arlin Andarias Duma  
613-616



### **Inovasi Pupuk Organik Cair: Solusi Efektif Untuk Pertanian Organik Di Lembang Marante Kecamatan Sopai Toraja Utara**

Nilma Taula'bi, Ad i One, Theresyam Kabanga  
617-621



### **Optimalisasi Efisiensi Bisnis : Penerapan Strategi Pemasaran Digital pada UMKM AutoPrint untuk Meningkatkan Daya Saing Skala Global**

Selina Phang, Ratih Anggraini  
622-626



### **Penyuluhan Hukum tentang Pendaftaran Tanah Sistematis Lengkap untuk Meningkatkan Kesadaran Hukum Masyarakat di Kelurahan Manulai II Kota Kupang**

Mary Grace Megumi Maran, Benediktus Peter Lay, Stefanus Don Rade, Petrus Faot, Jacinta Da Reissureicao do Carmo, Yohanes Leonardus Ngompat, Maria Theresia Geme, Yustinus Pedo, Dwityas Witarti Rabawati,

Finsensius Samara, Ferdinandus Ngau Lobo, Ernesta Uba Wohon, Yohanes Arman, Maria Fransiska Owa da Santo  
627-631



### **Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Di Paud Mawar Biru Tangerang Selatan**

Dewi Anggraini, Tantri Wenny Sitanggang, Dyah Juliastuti, Mira Suminar  
632-637



### **Maximizing The Potentials of Nature Tourism through Contextual English Training at Towil Fiets Desa Bandar (Sentolo)**

Dangin Dangin, Elysha Hartati  
638-641



### **Minat Guru dalam menggunakan Media Pembelajaran Melalui Workshop Pembuatan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Kearifan Lokal Di Kabupaten Indragiri Hulu**

Munjiatun Munjiatun, Muhammad Fendrik, Neni Hermita, Ningrum Melihayatri, Syahrilfuddin Syahrilfuddin  
642-646



### **Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengembangan Industri Gula Merah: Meningkatkan Ekonomi Lokal dan Kemandirian Desa**

Syamsiar I. Mahmud, Ahmad M. Morad, Satria Satria  
647-651



### **Edukasi Pembentukan Bank Sampah Pada Masyarakat Di Desa Simbur Naik Kabupaten Tanjung Jabung Timur Provinsi Jambi**

Riri Maria fatriani, Alva Beriansyah, Michael Lega, Wahyu Rohayati, Dinda Syufradian Putra, Hapsa Hapsa, Suminah Suminah, Jusmail Jusmail  
652-657



### **Teknik Peningkat Untuk Disabilitas Tuna Netra Di SKH Islam Terpadu Yarfin Tangerang Selatan**

Agung Laksono, Deni Saputra, Maulana Hasanuddin, Muhammad Ridho, Satria Budi Utomo  
658-662



### **Sosialisasi Auditing dan Jenis-Jenisnya Di SMKN 1 Kota Serang**

Rahadian Amrullah, Fadli Nuryasin

663-666



### **Pemanfaatan Teknologi Digital Marketing untuk Meningkatkan Penjualan Produk Disabilitas Tuna Netra di SKH Islam Terpadu Yarfin Tangerang Selatan**

Zulkipli Zulkipli, Rahes Restu Sadewarahes, Kakan Kandarsah, Sandy Maulana Andryano, Dimas Risqi Pratama

667-671



### **Sosialisasi Pendidikan Inklusi Pada Siswa SKH Islam Terpadu Yarfin Tangerang selatan**

Febby Pebriyanto, Alfin Rahmadhani, Frenky Franciscus, Fina Tyrsa, Nur Azizah, Rosalia Octaviani

672-676



### **Pendampingan Pembuatan Aksi Nyata Pada Platform Mardeka Belajar Untuk Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

Rizki Surya Amanda, Uswatul Hasni, Asih Nur Ismiatun, Akhmad Fikri Rosyadi, Masyunita Siregar

677-681



### **Pemberdayaan Perempuan Kelompok Gerakan Jumat Berkah Dalam Meningkatkan Kesadaran Bersedekah Di Desa Purwodadi Simpang Kecamatan Tanjung Bintang Kabupaten Lampung Selatan**

Sari Damayanti, Moh. Bahri Ghozali, Sri Ilham Nasution, Fariza Makmun

682-686



### **Pendampingan Sekolah Adiwiyata: Pengelolaan Lingkungan Berkelanjutan Melalui Edukasi dan Aksi**

Nur Asiah, Harjoni Harjoni, Hasan Sastra Negara

687-691



### **Pendampingan Kelompok UMKM Binaan Dalam Meningkatkan Kualitas Layanan Pelanggan Melalui Implementasi Manajemen Pelayanan Surabaya Timur**

Nurul Iman, Elly Yuniar Nitawati

692-699



### **Pelatihan dan Pendampingan Pembuatan Media Pembelajaran Matematika Interaktif Berbasis Articulate Storyline bagi Guru SD 1 Kaliwungu**

Diana Ermawati, Lovika Ardana Riswari, Ika Ari Pratiwi, Luthfa Nugraheni, Richma Hidayati  
700-707



### **Pemberdayaan Perempuan Desa Melalui Pelatihan Pemanfaatan Lidi Sawit Menjadi Produk Di Kampung Sungai Tengah Kecamatan Sabak Auh Kabupaten Siak**

Adianto Adianto, Dedi Kusuma Habibie, Risky Arya Putri, Indry Indry, Ayu Tri Utami  
708-716



### **Mempersuasi Dan Menumbuhkan Motivasi Siswa Untuk Melanjutkan Pendidikan Ke Tingkat Perguruan Tinggi**

Rizqy Alfiyaty, Donal Adrian, Fadhliah Fadhliah, Muhammad Isa Yusaputra, I Putu Agus Eka Jaya Mahardika, Rihadatul Asiyah, Samsiar Samsiar, Syafina Aulia Rahma  
717-722



### **Pemanfaatan Limbah Sayur Guna Meningkatkan Kebersihan Dan Kelestarian Lingkungan Di Kebun Gizi Brokoli Kecamatan Mojosongo, Boyolali**

Ilham Dwi Indrawan, Haris Surya Iskandar, Hartatik Hartatik, Hashifah Nindi Ramadhani, Luki Sri Anggorowati  
723-728



### **Mewujudkan Kewirausahaan Umkm Melalui Digital Inovatif Dan Pengurusan Izin Halal Guna Meningkatkan Kemandirian Masyarakat**

Ali Furqon, Adnan Muhammad Husein, Alyzafira Audy Kanahara, Ananda Hana Pratiwi, Luki Sri Anggorowati  
729-733



### **Edukasi Tentang Manfaat Menikah Ta'aruf Melalui Komunikasi Antarpribadi Pada Mahasiswa Kampus Widyaloka Palu**

Sumarni Zainuddin, Donal Adrian, Muhammad Wahid, Roman Rezki Utama, Mohamad Jafar, Moch. Rezky Ramadhan, Magfirah Atsari Ayu Fadli, Romaulina Tampubolon  
734-739



### **Sosialisasi Hilirisasi Untuk Membangun Ekonomi Bangsa Di Kelurahan Sidorame Barat 2, Medan Perjuangan**



Bambang Sugiharto, Harkim Harkim, Rejekia Simanungkalit, Maya Andriani, Agus Marwan

740-743

 pdf

### **Pentingnya Banner Dan Petunjuk Arah Sebagai Strategi Pemasaran Untuk Meningkatkan Visibilitas UMKM "Batik Broyo"**

Noverta Yustisia Sabela, Hery Pudjoprastyono

744-749

 pdf

### **Strategi Pemasaran Kreatif Untuk UMKM Es Coklat Melalui Branding Dan Digitalisasi**

M. Adib Septiawan, Hery Pudjoprastyono

750-755

 pdf

### **Strategi Branding UMKM "Pentol Jan Larrise" Melalui E-Commerce Di Era Digitalisasi**

Natasya Eka R, Hery Pudjoprastyono

756-761

 pdf

### **Peningkatan Kesadaran Hukum Dalam Memahami Pendaftaran Merek Bagi Pelaku Usaha Umkm Di Desa Wakambangura Kecamatan Mawasangka Kabupaten Buton Tengah**

Hasirudin Hasri, Mashendra Mashendra, Hayun Hayun, Eko Satria, Nabila Safira, Fias Nurul Nisa

762-768

 pdf

### **Upaya Pemerintah Dalam Penanggulangan Narkoba Melalui Sosialisasi Hukum Di Desa Napa Kecamatan Mawasangka**

Hayun Hayun, Mashendra Mashendra, Hasirudin Hasri, Nabila Safira

769-775

 pdf

### **Program Tanaman TOGA dalam Membangun Jiwa Gotong Royong Sebagai Penerapan P5 Kurikulum Merdeka di SD Negeri 16 Kota Bengkulu**

Tera Hartika Murni, Adi Asmara, Amnah Qurniati

776-781

 pdf

### **Analisis Design Peta Administrasi Desa Padengo Kecamatan Duhiadaa Kabupaten Pohuwato**

## Provinsi Gorontalo Untuk Mendukung Perencanaan Pembangunan Ekonomi

Nevi Kuniawati

782-785



## Pemberdayaan Remaja Masjid Al Furqon Tanjung Selor Dalam Budidaya Lebah Kelulut Di Pekarangan Rumah

Eko Wahyudi, Adymas Putro Utomo, Rina Sri Wahyuni

786-797



## Analisis Design Peta Administrasi Desa Padengo Kecamatan Duhiadaa Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo Untuk Mendukung Perencanaan Pembangunan Ekonomi

Nevi Kuniawati, Sulfiani Sulfiani, Rahmat Firdaus Bouty

798-802



## LAPORAN HASIL KEGIATAN PENGEMBANGAN KESADARAN MASYARAKAT TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SDN CINDAI ALUS DUA

Amka Amka, Rona Wulandari, Mawarni Nurhidayah, Sasmita Aulia Rahman, Raihana Nabila Audi, Rahmatunnida Rahmatunnida, Muhammad Fikry Mubarak, Aulia Rahmah, Mutia Nabila As Syifa, Lawiyah Lawiyah, Maulidia Fitriani, Galih Putri Mahatma, Ade Nur Ananda

817-824



## Penguatan Pemahaman Guru Sekolah Menengah Kota Jambi Tentang Konsep dan Implementasi Kurikulum Merdeka Melalui Model Kegiatan Pengabdian Berbasis Hasil Penelitian Dosen dan Mahasiswa FKIP Universitas Jambi

Nyimas Triyana Safitri, Melati Melati, Indri Anastasia

812-816



## Laporan Kegiatan Pengembangan Kesadaran Masyarakat Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus

Taufik Rahman, Raga Ziqri Akmal, Nur Fitriya Isnaini Mukhnil, Ghina Azizah, Ayu Linda Frastya, Zahwa Ramadhani Yudianor, Olinda Rizky Amalia, Octavia Nila Ramadani, Qeisha Fathimatuzzahra, Ellyne Addelyna Simamora, Eirvina Rahmah, Muhammad Zaki Mahmudi, Amka Amka, Hayatun Thaibah

817-826



## Peningkatan Daya Tarik Pengunjung Wisata Melalui Pemanfaatan Promosi Digital Dan Pelatihan Hospitality Pantai Paradiso Oesapa Barat Kupang

Mentari Putri Pramanenda Sinaga

827-831



### **Edukasi Penerapan Komunikasi Kesehatan Dalam Upaya Penurunan Aki Dan Akb Pada Ibu-Ibu RT 011 Desa Tinggede Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi**

Giska Mala Rahmarini, Fitriani Puspa Ningsih, Nur Haidar, Rizki Ahmad Yahya, Chandra Kristian

832-835



### **Pemberdayaan Orang Tua Dan Guru Untuk Peningkatan Perlindungan Anak Di Desa Sungai Pinang Kecamatan Hulu Kuantan Kabupaten Kuantan Singingi**

Devi Risma, Defni Satria, Yeni Solfiah, Zulkifli N, Mastuinda Mastuinda, Nanda Pratiwi

836-841



### **Optimalisasi Peran Kepala Sekolah Dalam Implementasi Mutu Akademik di SDN 1 Gembyungan Kecamatan Randublatung Blora**

Danik Ekawardani, Titik Haryati, Endang Wuryandini

842-847



### **Pengalaman Tenaga Kesehatan Dalam Memberikan Layanan Voluntary, Counselling, And Testing (VCT) Pada Masa Dan Pasca Pandemi Covid-19: Studi Kualitatif**

Tika Rindiani, Yulia Irvani Dewi, Yulia Rizka

848-855



### **Pelatihan Pengelolaan Sampah Sebagai Gaya Hidup Berkelanjutan dan Mitigasi Perubahan Iklim**

Husna Diah, Fitriani Yulianti, Cut Vita Rajiatul Jummi, M. Hafizul Furqan, Novia Zalmita, Mirza Desfandi, Daska Azis, Zukya Rona Islami

856-862



### **Kelompok Usaha Perhutanan Sosial Lagoceng Gula Aren Melalui Smart Teknologi Di Desa Libureng Kabupaten Barru**

Arwin Arif, Sumarni Abdul Rahim, Muhlis Muhlis, Adha Kurnianti

863-870



### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Innovative Work Behavior Pada Sektor UMKM Di Tangerang**

Muhammad Fahmi Arbi, Dita Oki Berliyanti, Netania Emilisa, Dhiva Daryl Shabara, Mohamad Zeyrofi

871-882



### **Faktor Faktor yang Mempengaruhi Turnover Intention Pada Karyawan Perusahaan Jasa Ekspedisi**

Mohammad Zeyrofi, Dhiva Daryl Shabara, Muhammad Fahmi Arbi, Netania Emilisa, Dita Oki Berliyanti

883-894



### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Organizational Effectiveness Pada Karyawan Bank BUMN di Bekasi**

Dhiva Daryl Shabara, Dita Oki Berliyanti

895-904



### **Optimalisasi Implementasi Form Pembayaran di Muka PT. PIs Ekspres Guna Menghindari Risiko Gagal Bayar**

Fendy Cuandra, Hardi Suandri

905-909



### **Mengubah Sampah Menjadi Peluang Melalui Pemilahan Dan Pemanfaatan Sampah Di Kawasan Wisata Pantai Paradiso**

Dikky Mooy, Janri D. Manafe, Enos Kabu, Reysanti M. Djami, Plafianto J. Himpi, Rohani P. Dima, Surya S. Tarigan, Irience R.A. Manongga, Wilhelmina Muni, Supiyani Supriyani, Caryn E. Mau, Aqnes P.P. Lobo

910-915



### **Badan Usaha Milik Desa Gumbregah Dalam Mengelola Wisata Bukit Cinta Watu Prahua Desa Gununggajah**

Aprilia Dwi Pangesti, Mu'arifuddin Mu'arifuddin

916-922



### **Edukasi Persyaratan Mikrobiologi Air Minum untuk Pelaku Usaha Depot Air Minum di Pariaman**

Muthia Miranda Zaunit, Revi Yenti, Agusman Agusman, Kayla Maharani Vatur, Sarah Dwi Annisa

923-927



### **Peningkatan Kesadaran Hukum Masyarakat Dalam Kasus Tindak Pidana Politik Uang Dalam Penyelenggaraan Pemilu Dan Pilkada Tahun 2024 Di Karawang (Edukasi Masyarakat Dikarawang)**

Muhamad Abas, Anwar Hidayat, Wike Nopianti

928-934



### **Edukasi Lingkungan dan Pelatihan Pengolahan Sampah Plastik Pada Program KKN Infrastruktur di Desa Sukamaju**

Hasdiana Hasdiana, Lanto Ningrayati Amali, I Wayan Sudana

935-941



### **Pemanfaatan Kahoot Dalam Pembuatan Media Pembelajaran Interaktif Di SD Angkasa 3 Halim Perdanakusuma**

Nila Viayanti Mala, Vita Kusumaningtyas, Sandy Lesmana

942-947



### **Workshop Steam Early Childhood Education Untuk Guru-Guru Di Tk An-Nizham, Kabupaten Kampar Provinsi Riau**

Yeni Solfiah, Devi Risma, Rita Kurnia, Zulkifli N, Defni Satria, Eva Eriani

948-955



### **Edukasi Karir dan Dampak Negatif Pernikahan Dini Pada Remaja Madrasah Tsanawiyah Waburens**

Wa Ode Husniah, Ria Safaria, Edison Edison, Hayuna Robiyatun

960-965



### **Pelatihan Olahan Ikan Lele Hasil Akuakultur Sistem Akuaponik Menjadi Nugget Di Kelompok Murimada, Kota Kupang**

Wesly Pasaribu, Theny Intan Berlian Kurniati Pah, Immaria Fransira

966-973



### **Optimalisasi Layanan dan Operasional pada Best Laundry Guna Meningkatkan Layanan dan Kepuasan Pelanggan**

Fendy Cuandra, Viviana Angesty

974-979



### **Exploring Rhetoric Style of Erwin Smith and Armin Arlert in The Anime Series “ATTACK ON TITAN”**

Agustin Praspinsa Napitupulu, Arsen Nahum Pasaribu, Jubilezer Sihite

980-986



### **Investigating Figurative Language In English Poem Written By EFL Student At Mahasaraswati Denpasar University**

Yudithy Frilia, Arsen Nahum Pasaribu, Jubilezer Sihite

987-994



### **Peran Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Melalui World Clean-Up Day Indonesian (WCDI) Di Pantai Talang Siring, Kabupaten Pamekasan**

Endang Tri Wahyurini, Taufiq Hidayat M, Yenni Arista Cipta E, Yanti Nurmalasari, Fitrotin Nazizah

995-1004



### **Pelatihan Hidroponik Sistem Sederhana Skala Rumah Tangga di Malanu**

Lili Sarce Joi Sapari, Dwi Indah Widya Yanti, Edward Clan, Ivonnie Leiwakabessy, Novalian Margaretha Syauta

1005-1009



### **Pelatihan Pembuatan Eco-Enzyme sebagai Upaya Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam Pengelolaan Sampah Organik Rumah Tangga di Desa Pematang Jering Kecamatan Sei Suka**

Nesya Destika Putri, Fuja Nauli Pasaribu, Elvan Dito Siregar, Diana Pauziah Ritonga, Siti Aisyah

1010-1019



### **Inovasi Pemanfaatan Limbah Daging Buah Pala untuk Kesejahteraan Lingkungan dan Ekonomi**

Reski Rahman Sriwijaya, Arga Ramadhana

1020-1025



### **Pendidikan Aqidah Tentang Qadha Dan Qadar: Strategi Menanamkan Pemahaman Takdir Kepada Generasi Muda Muslim**

Yusranida Hidayati, Laila Fathimah, Pangulu Abdul Karim

1026-1032



### **Penyuluhan Hukum Terhadap Dampak Pernikahan Usia Dini Bagi Usia Muda di Kota Ternate**

Fatmah Laha, Gamar Muhdar, Iyam Irahlatmi Kaharu

1033-1037



### **Program Magang Siswa Dalam Menumbuhkan Kepribadian Mandiri Dan Jiwa Wirausaha Di SDIT Alam Nurul Islam Yogyakarta**

Insan Esa Azyfah, Zalfa Labibah Ridwan, Yuliningsih Yuliningsih, Rifky Tri Wibowo, Atikah Anjani Oktafianti, Taufik Muhtarom

1038-1042



### **Pemilihan Bahasa Yang Digunakan Pada Promosi Pariwisata Kota Surabaya**

Adrian Prathama Putra, Azzahra Ayu Ramadhani, Aliya Zulfa Jayawardhani, Nabila Safitri Maharani, Reyes Ardhian Rafii, Sari Setia Ani, Wildhan Rizky Widiyanto, Endang Sholihatin

1043-1049



### **Pelatihan Business Plan untuk Peningkatan Kapasitas Wirausaha Muda melalui Program Boot Camp Dinas Koperasi dan UMKM Provinsi Sumatera Utara**

Amilia Hasbullah, Ahmad Hermanto, Imam Wibowo, Harry Indra

1050-1055



### **Sosialisasi Media Lectora Inspira Dalam Pembelajaran**

Putri Wahyuni, Oki Candra

1056-1062



### **Pendampingan Pengembangan TPA Al-Hidayah melalui Penguatan SDM Pengajar di Desa Sawuh, Kec. Siman, Kab. Ponorogo**

Salman Alfarizi, Riza Ashari, Hendri Setyo Wibowo, Hamdan Fauzan Ansshori, Yogi Banar Sasongko

1063-1068



### **Pelatihan Seni Meronce Untuk Meningkatkan Pemusatan Perhatian Pada Warga PPKS EX Psikotik Di Balai Brsbkl Bina Karya**

Khusnun Nafisah, Nur Azmi Rofiqoh, Fatimah Az-Zahro, Rifany Najwa Hanifah

1069-1072



### **Optimalisasi Pemasaran Produk Bawang Goreng melalui Pelatihan Digital Marketing bagi Pelaku Usaha Mikro di Ladang Padi Surian**

Wahyu Prima, Rahmatul Hayati, Nova Hayati, Jefri Rahmad Mulia, Wahidansyah, Irham Syarif

1073-1078



### **Pendampingan Kemasan Pembuatan Bakso Berbahan Baku Sagu, Ikan Gastor, dan Rusa di Kampung Kaliki Merauke**

Abdul Rizal, Adrianus Adrianus, Yus Witdarko, Mani Yusuf, Anwar Anwar

1079-1083



### **Pemberian Pelayanan Fisioterapi Untuk Menurunkan Nyeri Lutut Dan Meningkatkan Aktivitas Fungsional Pada Ibu Ibu Aisyiyah Sukodono Sidoarjo**

Atik Swandari, Nurul Faj'ri Romadhona, Cakra Waritsu, Adevera Yoan Ananda, Allya Agustinia

1084-1088



### **Pendampingan Pembuatan Ijin Usaha Produksi Krupuk Cumi Untuk Meningkatkan Kepercayaan Pasar Dan Masyarakat**

Sukitman Asgar, Nasrula Kayeli, Febrina Olivia Akerina, Inasius Dehe, Putry Hera Djako

1089-1094



### **Pendampingan Penyusunan Program Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Meningkatkan Kompetensi Profesional Guru Bimbingan Dan Konseling SMP Di Kota Tobelo**

Puji Nitis Kusumawati, Like Suoth, Yusuf Zakarias Manutede

1095-1101



### **Pengembangan Bimbingan Kelompok Berbasis Cooperative Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Berbahasa Siswa SD Di Kota Tobelo Kabupaten Halmahera Utara**

Like Suoth, Puji Nitis Kusumawati, Yusuf Zakarias Manutede

1102-1110





### **Pemberdayaan Dasawisma Dalam Pengelolaan Bank Sampah Untuk Meningkatkan Pendapatan Rumah Tangga di Gamping Yogyakarta**

Ary Sutrischastini, Nur Widiastuti, Yenni Kurnia Gusti, Sofiati Sofiati, Linawati Linawati  
1111-1118

 pdf

### **Pendampingan Pengelolaan Keuangan Pada TK Aisyiyah Bustanul Athfal 83Di Tangerang Selatan**

Nazifah Husainah, M. Yusuf, Azimah Hanifah, Cecep Haryoto, Litdya Litdya, Riyanti Riyanti  
1119-1123

 pdf

### **Rancangan Undang-Undang Perampasan Aset (Strategi Baru Melawan Korupsi Dengan Pendekatan In REM)**

Zulkarnain Pantoli  
1124-1132

 pdf

### **Keabsahan Presumptio Iustae Causa Sebagai Pilar Keadilan Dalam Peraturan Perundang-Undangan**

Ratih Sulastri  
1133-1140

 pdf

### **Uji Materi Pasal 433 Kitab Undang-Undang Hukum Perdata Dalam Perspektif Hak Penyandang Disabilitas**

Abelita Daud  
1141-1148

 pdf

### **Pelatihan dan Sosialisasi Pembuatan Briket Tanpa Perekat di Desa Batu Bulan Kabupaten Sumbawa Menggunakan Mesin Cetak Semi Otomatis**

Shafwan Amrullah, Fadhli Dzil Ikram, Mikhratunnisa  
1149-1156

 pdf

### **Meningkatkan Jiwa Kewirausahaan Santri Melalui Analisis Lingkungan di Pondok Pesantren Al usmaniyah**

Rendy Adetya Rahmatullah, Muhadjir Anwar  
1157-1161

 pdf

### **Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting**

Dian Dwi Setyarini, Fitriyani Fitriyani

1162-1170



### **Pemberdayaan Kader Posyandu Melalui Kreasi Olahan Nugget Paskile (Ampas Susu Kedelai Dan Ikan Lele) Untuk Mencegah Stunting Di Kelurahan Margomulyo**

Desi Nuzul Agnafia, Qurrotul Anfa, Dita Primashanti Koesmadi

1171-1177



### **Penatua Gereja HKBP Dalam Pelayanan Diakonia Yang Inklusif**

Riris Johanna Siagian

1178-1183



### **Jazz Sharing Experience: Kolaborasi Pengabdian Masyarakat untuk Berbagi Pengetahuan Musik di Daegu Korea Selatan**

Junita Batubara, Arsyadona Arsyadona, Erucakra Mahameru, Rotua Elfrida, Debora Debora, Nancy Nopeline, Manatap Berliana Lumban Gaol, Herman Herman, Phil Yoon, Lee Sangjik, Teddy Silalahi, Rizky Sidauruk

1184-1190



### **Optimalisasi Strategi Pemasaran UMKM Kelurahan Babat Jerawat Melalui Logo & Media Cetak sebagai Pendukung Promosi**

Lintang Kinanthi Kusumawardani, Supriyono Supriyono

1191-1196



### **Meningkatkan Minat Pelanggan Melalui Optimalisasi Konten Promosi Pada Media Sosial Bagi UMKM Kelurahan Babat Jerawat Kota Surabaya**

Sellysa Julita Patangke, Supriyono Supriyono

1197-1204



### **Pelatihan Pengenalan Dasar-Dasar Komputer Dan Jaringan Internet Sebagai Upaya Meningkatkan Kecerdasan Literasi Digital Era 4.0 Pada Peserta Didik Sekolah Dasar Di Desa Pedalaman**

Sulaminingsih Sulaminingsih, Ridayani Ridayani, Dadang Muhammad Hasyim, Iwan Aprianto, Ansori Ansori

1205-1211



pdf

### **Edukasi: Sosialisasi Nilai Personal Value dalam Kaitannya dengan Etika Kerja bagi Siswa SMK Sebelum Melaksanakan Praktik Kerja Industri**

Hery Verianto The

1212-1215



pdf

### **Pelatihan PBB (Peraturan Baris Berbaris) oleh Dosen, Pembina dan Taruna Akademi Kelautan Banyuwangi di SMK NU Sudirman Rogojampi Banyuwangi**

Muhamad Alfi Khoiruman, Galih Satriyo, Saiful Rohamn, Fandi Ahmad, Nina Ruly Istiari, Yosi Mulyana Pratiwi, Nadiya Lifa Ningrum, Doni Hadi Irawan, Suwarso Suwarso, Janoko Janoko, Yudhi Harris Nurdian

1216-1221



pdf

### **Studi Sistem-Sistem Kebudayaan Masyarakat Arab Pra Islam**

Rahmadani Rahmadani, Haidar Putra Daulay, solihah titin sumanti

1222-1232



pdf

### **Studi Tentang Sejarah Kebudayaan Islam Pada Masa Pembaruan**

Febrina Asmiralda, Haidar Putra Daulay, Sholihah Titin Sumanti

1233-1242



pdf

### **UMKM Pakan Burung Menuju Pasar Nasional Melalui Integrasi Teknologi Kecerdasan Buatan Dan Cloud Computing Serta Modernisasi Mesin Produksi**

I Wayan Gede Narayana, I Komang Budi Mas Aryawan, Sayi Hatiningsih

1243-1254



pdf

### **Strategi Branding dalam Meningkatkan Daya Tarik Produk di Pondok Pesantren**

Selma Faradila, Rahman Amrullah Suwaidi

1255-1264



pdf

### **Sistem Kebudayaan Pada Masyarakat Madinah Di Era Nabi Muhammad SAW**

Irma Handayani, Haidar Putra Daulay, Sholihah Titin Sumanti

1265-1271



### **Games And Interactive Activities To Improving The Vocabulary Of SMP N 2 Bandar Students**

Anita Sitanggang, Irene Adryani Nababan

1272-1277



### **Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Melalui Inovasi Pembuatan Sabun Cuci Piring(Sunlight) Dan Keripik Batang Pisang Untuk Mendukung Umkm Di Desa Lamkuta Kecamatan Blang Pidie Kabupaten Aceh Barat Daya**

Herliani Herliani, Muhibbul Tabril, Erna Yuliana, Lofi Efnia, Melda Safitri, Risandi Risandi, Rifa Marida, Jerian Fadli, Amri Amri

1278-1284



### **Peningkatan Hasil Belajar Membaca Bahasa Indonesia Melalui Model Pengajaran Langsung Pada Siswa Kelas I Mi Ilham I Kota Jakarta Utara**

Okta Rosfiani, Nurannisa Rahmadani Amiruddin, Siti Qurrotul Ain, Muhammad Andriyansyah, Nabil Alfian

1285-1296



### **Hukum Pidana Judi Online Perspektif Indonesia Dan Perkembangan Aspek Legalitas**

Wido Rahmat Al-Fattah Husain

1297-1304



### **Optimalisasi dan Pengembangan Company Profile Digital pada UMKM Sukses Sejahtera untuk Menarik Peminat Furniture**

Johny Budiman, William William

1305-1309



### **Sosialisasi Pemanfaatan Ikan Bandeng Menjadi Olahan Bandeng Presto Di Kota Kendari**

Ridha Lajaria, Muhammad Ridwan, Handris Handris, Ridha Taurisma Lajaria, Lucia Evianti Patulak, Wa Ode Nursaadha Rajuddin, Mariani Mariani, Imran Imran, Nur Aisyah, Ifin Naim, Muhamad Farih, Wa Ode Dien indalestari, Gilang Gilang

1310-1317



### **Pelatihan Manajemen dan Pemasaran UMKM di GRS Roti Bandung**

Nurul Arifin, Mariani Mariani, Lucia Evianti Patulak, Ridha Taurisma Lajaria, Wa Ode Dien Indalestari, Ifin Naim, Herman Titop, I Wayan Sudarsana, Arsyad Jaenuddin, Nur Aisyah, Muhamad Farih, Ghalib Suprianto, Wa Ode Nursaadha Rajuddin  
1318-1323



### **Pelatihan Teknis Pemanfaatan Artificial Intelligences Chat Gpt Dan Canva Bagi Guru SMK Dalam Membuat Media Pembelajaran Berbasis Masa Kini**

Novelti Novelti, Putri Ayu Permata Devi, Wakhilah Dwi Khusnah, Marjuki Marjuki, Margaret Stevani  
1332-1339



### **Pemenuhan Hak Biologis Bagi Narapidana Yang Sudah Terikat Perkawinan Yang Berada Dalam Lapas (Studi Kasus Kelas IIB Kabupaten Padang Lawas)**

Muhammad Syahdin Daulay, Zulfirman Zulfirman, Dayat Limbong  
1340-1350



### **Pengaruh Budaya Mutu Sekolah terhadap Pengukuran Kinerja Sekolah di Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Blora**

Rahmayanti Puspitasari, Titik Haryati, Endang Wuryandini  
1351-1355



### **Perumusan Visi dan Misi Jasa Pendidikan, Perencanaan Pemasaran, Serta Pemasaran Strategis Jasa Pendidikan**

Sopwan Supian, Abdul Mu'in; Anis Zohriah  
1356-1361



### **Strategi Pemasaran Digital Dalam Meningkatkan Penjualan Pada Cafe Candu Kopi**

Lisa Tinaria, Rahma Yulita  
1362-1366



### **Pemanfaatan Media Sosial untuk Meningkatkan Komunikasi Akademik di Perguruan Tinggi**

Eka Septariana Puspa, Muhamad Sigid Safarudin, Heri Kurnia, Irawan Irawan, Mustofa Mustofa, Luluk Faridah  
1367-1373



## Meningkatkan Literasi dan Numerasi Melalui Program Pojok Baca Pada Siswa SD IT Diniah Pekanbaru

Resy Oktadela, Yusti Elida, Akmar Efendi, Syofianis Ismail, Shalawati Shalawati  
1396-1401











## Pemberdayaan Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) sebagai Sarana Pembinaan dan Pembentukan Karakter Santri Darul Muttaqien Al Hikmah Al Amin Pijeran Siman Ponorogo

Yusuf Al Manaanu, Imam Kamaluddin, Andini Rachmawati, Novan Fatchu Alafianta, Salman Al Farizi, Ahmad Zakky Mubarak, Yogi Banar Sasongko  
1410-1416



### Menu

 Home
 Focus and Scope
 Editorial Team
Peer Reviewers
Peer Review Process
 Author Guidelines
 Contact Us
 Open Acces Policy
Publication Ethics
 Copyright And Lisence

<a href="#">Template Journal</a>



**Journal of Human And Education**  
Volume 4, No. 6, Tahun 2024, pp 1423-1430  
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876  
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

## **Deteksi Dini Sarkopenia Secara Dini Melalui Pemeriksaan Kekuatan Genggaman Tangan Dan Antropometri Pada Guru Dan Karyawan SMA Santo Yoseph, Cakung, Jakarta Timur**

**Alexander Halim Santoso<sup>1\*</sup>, Daniel Goh<sup>2</sup>, Gracienne<sup>3</sup>, Hans Sugiarto<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Bagian Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara

<sup>2-4</sup>Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran,

Universitas Tarumanagara

Email : alexanders@fk.untar.ac.id<sup>1\*</sup>

### **Abstrak**

Sarkopenia adalah sindrom geriatri yang ditandai dengan hilangnya massa dan kekuatan otot secara progresif, yang berdampak signifikan pada orang lanjut usia serta meningkatkan risiko disabilitas, penurunan kualitas hidup, bahkan kematian. Faktor risiko utama terjadinya Sarkopenia termasuk kurangnya aktivitas fisik, malnutrisi, penyakit kronis, dan penuaan. Tujuan kegiatan ini adalah mendeteksi sarkopenia secara dini melalui pemeriksaan kekuatan genggaman tangan dan antropometri. Kegiatan ini diikuti oleh 69 guru dan karyawan SMA Santo Yoseph, Cakung, Jakarta Timur. Kegiatan ini dirancang berdasarkan metode PDCA, yaitu sebuah metode yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan peningkatan berkelanjutan terhadap suatu proses atau kegiatan. Berdasarkan hasil pemeriksaan lingkaran betis dan kekuatan genggaman tangan, didapatkan masing-masing sebanyak 15 peserta (21,74%) dan 12 peserta (17,39%) memperoleh hasil di bawah normal. Selain itu, berdasarkan hasil pemeriksaan indeks massa tubuh, didapatkan sebanyak 35 peserta (50,72%) mengalami obesitas, 17 peserta (24,64%) memiliki risiko obesitas, dan 4 peserta (5,8%) memiliki berat badan kurang. Deteksi dini sarkopenia sangat penting untuk mengurangi dampak negatifnya terhadap kesehatan dan mengurangi beban pada individu dan sistem kesehatan. Dengan diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan terjadi peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mencegah sarkopenia agar dapat mencegah perburukan kondisi dan dapat meningkatkan kualitas hidup individu.

**Kata Kunci:** Deteksi Dini, Sarkopenia, Antropometri, Kekuatan Genggaman Tangan

### **Abstract**

Sarcopenia is a geriatric syndrome characterized by progressive loss of muscle mass and strength, which has a significant impact on the elderly and increases the risk of disability, decreased quality of life, and even death. The main risk factors for Sarcopenia include lack of physical activity, malnutrition, chronic disease, and aging. The purpose of this activity is to detect sarcopenia early through handgrip strength and anthropometry examinations. This activity was attended by 69 teachers and employees of Santo Yoseph High School, Cakung, East Jakarta. This activity was designed based on the PDCA method, which is a method consisting of planning, implementing, evaluating and continuously improving a process or activity. Based on the results of the calf circumference and handgrip strength examinations, 15 participants (21.74%) and 12 participants (17.39%) obtained results below normal. In addition, based on the results of the body mass index examination, 35 participants (50.72%) were obese, 17 participants (24.64%) were at risk of obesity, and 4 participants (5.8%) were underweight. Early detection of sarcopenia is essential to reduce its negative impact on health and reduce the burden on individuals and the health system. By holding this community service activity, it is hoped that there will be an increase in public awareness of the importance of preventing sarcopenia in order to prevent worsening of the condition and improve the quality of life of individuals.

**Keywords:** *Early Detection, Sarcopenia, Anthropometry, Hand Grip Strength*

Copyright: Alexander Halim Santoso, Daniel Goh, Gracienne, Hans Sugiarto

## PENDAHULUAN

Sarkopenia adalah sindrom geriatri yang ditandai dengan hilangnya massa dan kekuatan otot rangka secara progresif, dan menyebabkan implikasi klinis secara signifikan pada orang lanjut usia, yang meliputi peningkatan risiko disabilitas, penurunan kualitas hidup, hingga kematian. Massa dan fungsi otot akan menurun secara progresif seiring bertambahnya usia, dimulai sekitar dekade ketiga kehidupan dan semakin cepat pada usia  $\geq 60$  tahun. (Cannataro et al., 2021; Giovannini et al., 2021) Beberapa faktor risiko terhadap perkembangan sarkopenia, antara lain kurangnya aktivitas fisik, usia, indeks massa tubuh, malnutrisi, penyakit kronis (diabetes dan penyakit kardiovaskular) dan inflamasi. (Njoto, 2023; Tirtadjaja et al., 2022; Yuan & Larsson, 2023)

Identifikasi dini dan diagnosis sarkopenia yang memadai penting dilakukan, karena kondisi otot yang buruk dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang signifikan. Diagnosis sarkopenia memerlukan kuantifikasi massa otot yang andal dengan alat yang valid, dapat diulang, dan hemat biaya. Untuk instrumen skrining, uji dengan sensitivitas tinggi lebih disukai. Selain sensitivitas tinggi, alat skrining harus mudah digunakan, cepat, dan non-invasif. Salah satu alat skrining yang dapat digunakan adalah pengukuran kekuatan genggam tangan dan pemeriksaan antropometri. *European Working Group on Sarcopenia in Older People* (EWSGSOP) merekomendasikan kekuatan genggam tangan sebagai pengukuran untuk mendeteksi Sarkopenia, sementara itu pengukuran antropometri direkomendasikan sebagai alat untuk mendeteksi malnutrisi dalam *Global Leadership Initiative on Malnutrition* (GLIM) (Ackermans et al., 2022; Lian et al., 2023)

Deteksi dini sarkopenia sangat penting untuk mengurangi dampak negatifnya terhadap kesehatan dan mengurangi beban pada individu dan sistem kesehatan. Sarkopenia, yang ditandai dengan hilangnya massa otot, kekuatan, dan fungsi secara progresif, sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Namun, jika tidak terdeteksi, sarkopenia dapat menyebabkan serangkaian permasalahan kesehatan, termasuk jatuh, patah tulang, disabilitas, hingga kematian. Dengan diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan terjadi peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya untuk mendeteksi sarkopenia agar dapat dicegah perburukan kondisi dan dapat meningkatkan kualitas hidup individu.

## METODE

Kegiatan pengabdian ini disusun berdasarkan metode manajemen Plan-Do-Check-Act (PDCA). Metode ini meliputi empat langkah yang dimulai dari Perencanaan (Plan). Pada tahap ini, ditetapkan tujuan kegiatan, calon peserta, lokasi, tempat pelaksanaan kegiatan dan metode edukasi yang akan diberikan. Tahap kedua, yaitu Pelaksanaan (Do) yaitu tahap dimana dilaksanakan pemberian edukasi kepada peserta, pemeriksaan kekuatan genggam tangan, dan pemeriksaan antropometri yang mencakup pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, dan lingkaran betis. Tahap ketiga, yaitu tahap pemeriksaan (Check) berisikan evaluasi pemahaman peserta terhadap materi edukasi melalui pertanyaan, diskusi, atau kuis singkat, pemeriksaan hasil pengukuran kekuatan genggam tangan dan antropometri. Pada tahap Action, berdasarkan hasil pemeriksaan, masyarakat yang memiliki kekuatan genggam tangan dan antropometri abnormal disarankan untuk melakukan pemeriksaan kembali secara rutin dan diberikan edukasi mengenai pentingnya mencegah sarkopenia secara dini guna meningkatkan kualitas hidup individu di masa tua.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di SMA Santo Yoseph, Jakarta timur yang mengikut sertakan 69 peserta, dimana terdiri dari 18 laki-laki dan 51 perempuan. Tabel 1 menjelaskan karakteristik dasar peserta, Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, gambaran rerata kekuatan genggam tangan kiri dan kanan, gambaran rerata lingkaran



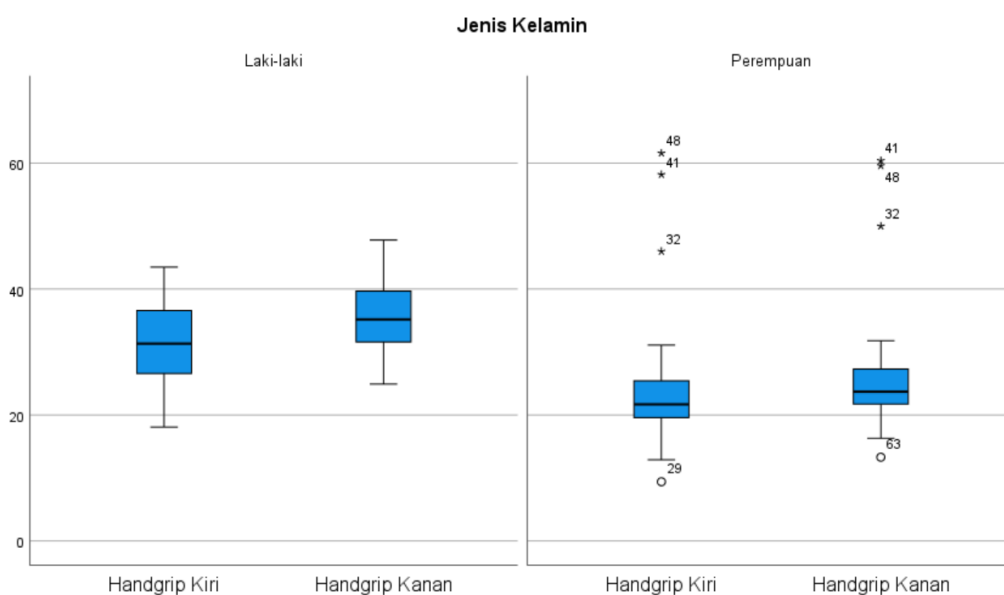
lengan atas, lingkar betis, dan indeks massa tubuh, hasil pengukuran lingkar betis dan kekuatan genggam tangan, serta hasil pemeriksaan indeks massa tubuh masing-masing diilustrasikan dalam Gambar 1, 2, 3, 4, dan 5.



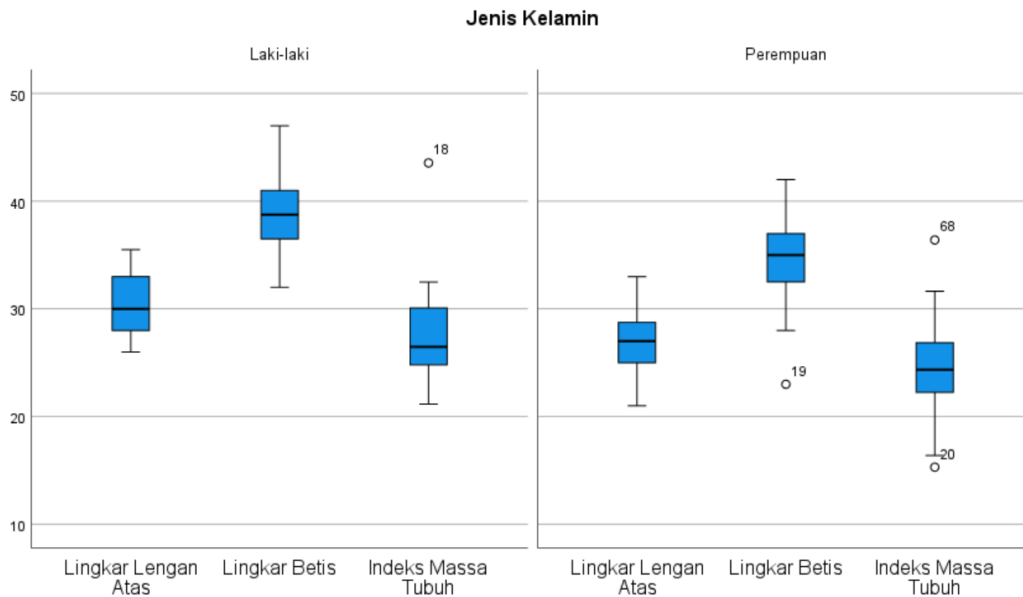
**Gambar 1:** Pelaksanaan Kegiatan Skrining Sarkopenia

**Tabel 1.** Karakteristik Dasar Peserta Kegiatan Skrining Handgrip dan Antropometri

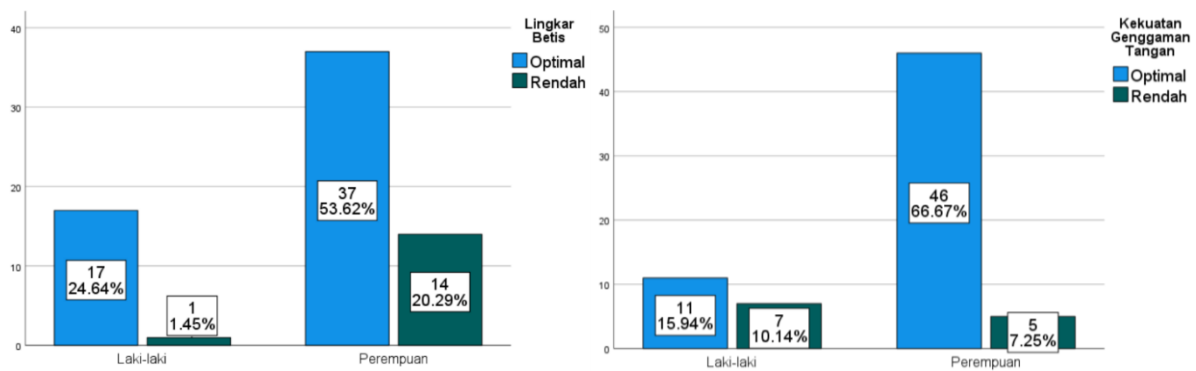
Parameter	Hasil	Mean (SD)	Median (Min-Max)
<b>Jenis Kelamin</b>			
• Laki-Laki	18 (26,1%)		
• Perempuan	51 (73,9%)		
<b>Usia</b>		44,19 (10,48)	44 (20 - 70)
<b>Handgrip Kanan</b>			
• Laki-laki		35,9 (6,38)	35,2 (24,9 - 47,8)
• Perempuan		25,68 (8,78)	23,7 (13,3 - 60,4)
<b>Handgrip Kiri</b>			
• Laki-Laki		31,39 (7,2)	31,3 (18,1 - 43,5)
• Perempuan		23,8 (9)	21,7 (9,4 - 61,6)
<b>Indeks Massa Tubuh</b>		25,3 (4,48)	24,9 (15,3 - 43,6)
<b>Lingkar Lengan Atas</b>		27,8 (3,32)	27,5 (21 - 35,5)
<b>Lingkar Betis</b>			
• Laki-laki		38,8 (3,75)	38,7 (32 - 47)
• Perempuan		34,5 (3,73)	35 (23 - 42)



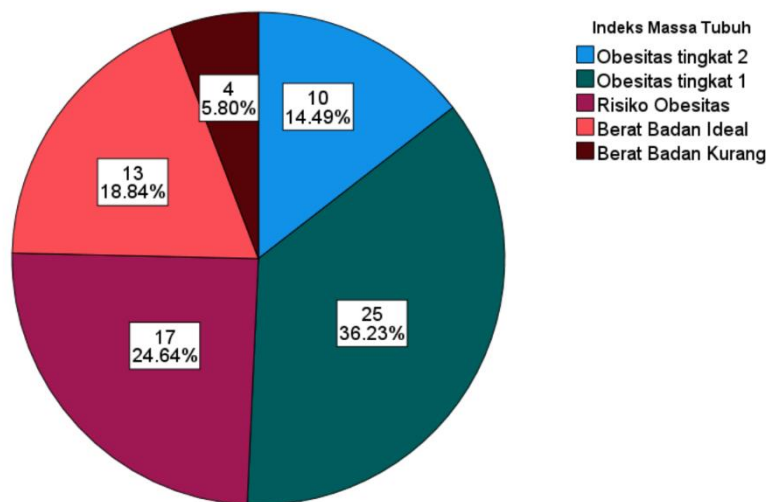
**Gambar 2.** Rerata Handgrip Tangan Kiri dan Kanan Berdasarkan Jenis Kelamin



**Gambar 3.** Rerata Lingkar Lengan Atas, Lingkar Betis, dan Indeks Massa Tubuh



**Gambar 4.** Hasil Pengukuran Lingkar Betis dan Kekuatan Genggaman Tangan



**Gambar 5.** Hasil Pemeriksaan Indeks Massa Tubuh

Pada kegiatan ini ditemukan 12 peserta (17,39%) kemungkinan mengalami sarkopenia berdasarkan kekuatan genggaman tangan, dan 15 peserta (21,74%) berdasarkan hasil pengukuran lingkar betis. Selain itu, didapatkan juga sebanyak 4 peserta (5,8%) terkategori kurang gizi berdasarkan IMT. Sarkopenia didefinisikan sebagai hilangnya fungsi otot rangka dan massa otot yang berkaitan dengan usia yang terjadi pada sekitar 6–22% lanjut usia. Sarkopenia dapat menyebabkan kecacatan, penurunan kualitas hidup, hingga dan peningkatan risiko kematian. Prevalensi sarkopenia dilaporkan semakin meningkat, yang merupakan dampak dari penuaan

populasi di seluruh dunia. Sarkopenia diidentifikasi berdasarkan beberapa kriteria menurut konsensus Eropa yang memperhitungkan kekuatan otot yang rendah, kuantitas atau kualitas otot yang rendah, dan kinerja fisik yang rendah. Beberapa kondisi patologis dapat menyebabkan sarkopenia bahkan pada subjek yang berusia di bawah 65 tahun. Oleh karena itu, skrining terkait sarcopenia seperti pemeriksaan handgrip dan antropometri diperlukan untuk mengevaluasi massa dan fungsi otot. (Shafiee et al., 2017; Tagliafico et al., 2022)

Kekuatan genggam tangan (KGT) telah diakui secara luas sebagai alat sederhana untuk menilai kekuatan otot, untuk menilai kemungkinan sarcopenia (*possible sarcopenia*) oleh berbagai pedoman internasional, termasuk dari *European Working Group on Sarcopenia in Older People* (EWGSOP) dan *Asian Working Group for Sarcopenia* (AWGS). Penggunaan kekuatan genggam tangan dalam deteksi sarcopenia memiliki keuntungan karena mudah digunakan, murah, dan bersifat non-invasif. Pengukuran ini dapat dilakukan dengan pelatihan minimal dan hanya memerlukan dinamometer. Kekuatan genggam tangan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, jenis kelamin, status nutrisi, penyakit penyerta, dan tingkat aktivitas fisik. Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki umumnya menunjukkan nilai pengukuran yang lebih tinggi dibandingkan Perempuan. Kondisi ini kemungkinan karena massa otot yang lebih besar dan efek androgenik. Faktor nutrisi, terutama asupan protein, memainkan peran penting dalam menjaga massa dan kekuatan otot. Kekuatan genggam tangan yang rendah dikaitkan dengan peningkatan risiko keterbatasan fungsional, disabilitas, dan kematian, sehingga menjadi alat skrining yang efektif untuk sarcopenia. (Amaral et al., 2019; Cho et al., 2022; Dominguez et al., 2021; Lupton-Smith et al., 2022; Mey et al., 2023; Wiśniowska-Szurlej et al., 2021) Kekuatan genggam tangan bervariasi menurut usia, jenis kelamin, dan ras. Pada orang Asia, AWGS pertama kali mengusulkan Batasan KGT rendah yaitu <28,0 kg untuk laki-laki dan <17,7 kg untuk perempuan. (Lee, 2021)

Pengukuran antropometri, termasuk indeks massa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LILA), dan lingkaran betis (LB), adalah alat pengukuran sederhana yang dapat digunakan untuk deteksi malnutrisi. Meskipun pengukuran ini mungkin tidak secara langsung mengukur massa otot, namun pengukuran ini dapat memberikan informasi yang penting mengenai perubahan komposisi tubuh yang terkait dengan penuaan dan sarcopenia. Pengukuran LB sebagian besar digunakan dalam studi geriatri sebagai penanda otot, dan merupakan alat yang paling banyak digunakan sebagai penilaian massa otot dalam praktik klinis pada orang tua karena alat ini sederhana, non-invasif, dan murah. LB memiliki sensitivitas dan spesifisitas sedang hingga tinggi dalam memprediksi sarcopenia. (Kiss et al., 2024; Rose Berlin Piodena-Aportadera et al., 2022) Nilai batas optimal untuk pengukuran LB adalah <34 cm pada pria dan <33 cm pada wanita. (Borges et al., 2022; Nishioka et al., 2021) Demikian pula, LILA telah digunakan untuk memperkirakan massa otot pada orang lanjut usia dan ditemukan berkorelasi dengan sarcopenia. (Beaudart et al., 2014) Indeks Massa Tubuh (IMT), meskipun merupakan indeks antropometri yang umum digunakan, memiliki keterbatasan dalam skrining sarcopenia karena ketidakmampuannya membedakan antara massa otot dan lemak. Namun, jika digunakan bersamaan dengan pengukuran lain, IMT dapat memberikan konteks tambahan mengenai status gizi seseorang dan risiko sarcopenia. (Alexander Halim Santoso et al., 2023)

Pencegahan sarcopenia melibatkan aktivitas fisik secara teratur, menerapkan kebiasaan makan yang baik (termasuk asupan energi dan protein yang cukup), dan menjaga berat badan dalam kisaran normal. (Cruz-Jentoft & Sayer, 2019) Aktivitas fisik, terutama latihan ketahanan, secara efektif mengurangi penurunan massa otot dan meningkatkan kekuatan otot, sehingga dapat mencegah sarcopenia. Latihan ketahanan mengacu pada aktivitas fisik apa pun yang menghasilkan kontraksi otot rangka dengan menggunakan resistensi eksternal seperti dumbel, pita terapi elastis, dan dengan berat badan itu sendiri. Selain itu, meningkatkan asupan protein total melalui suplementasi atau sumber makanan dapat membantu mencegah dan mengelola sarcopenia. Untuk mencegah sarcopenia, disarankan mengonsumsi 20-35 gram protein setiap kali makan.

Protein dapat berupa protein hewani maupun nabati seperti ayam tanpa kulit, seafood, daging tanpa lemak, tahu, tempe dan lain sebagainya. Oleh karena itu, dengan melibatkan aktivitas fisik dan pola makan yang baik, diharapkan dapat terjadi peningkatan massa dan kekuatan otot, serta peningkatan kinerja fisik. (Ardeljan & Hurezeanu, 2024; Fan et al., 2024; Won, 2023)

## SIMPULAN

Sarkopenia adalah sindrom geriatri yang ditandai dengan hilangnya massa dan kekuatan otot secara progresif, yang berdampak signifikan pada orang dewasa yang lebih tua. Kekuatan genggam tangan (KGT) berfungsi sebagai alat diagnostik sederhana dan efektif biaya untuk deteksi sarcopenia. Pengukuran antropometri seperti indeks massa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LILA), dan lingkaran betis (LB) juga membantu dalam skrining. Deteksi dini sarkopenia sangat penting untuk mengurangi dampak kesehatan yang buruk, seperti jatuh, patah tulang, dan keterbatasan fungsional. Kesadaran dan edukasi masyarakat penting untuk mencegah perburukan sarkopenia dan meningkatkan kualitas hidup individu yang berisiko.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ackermans, L. L. G. C., Rabou, J., Basrai, M., Schweinlin, A., Bischoff, S. C., Cussenot, O., Cancel-Tassin, G., Renken, R. J., Gómez, E., Sánchez-González, P., Rainoldi, A., Boccia, G., Reisinger, K. W., Ten Bosch, J. A., & Blokhuis, T. J. (2022). Screening, diagnosis and monitoring of sarcopenia: When to use which tool? *Clinical Nutrition ESPEN*, *48*, 36–44. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2022.01.027>
- Alexander Halim Santoso, B., Firmansyah, Y., Luwito, J., Edbert, B., Kotska Marvel Mayello Teguh, S., Herdiman, A., Shifa Martiana, C., & Valeri Alexandra, T. (2023). Pengabdian Masyarakat - Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dalam Upaya Pemetaan Obesitas Sentral pada Warga Masyarakat di Desa Dalung, Serang, Banten. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *2*(2), 01–08. <https://doi.org/10.56910/SEWAGATI.V2I2.596>
- Amaral, C. A., Amaral, T. L. M., Monteiro, G. T. R., Vasconcellos, M. T. L., & Portela, M. C. (2019). Hand grip strength: Reference values for adults and elderly people of Rio Branco, Acre, Brazil. *PloS One*, *14*(1), e0211452. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211452>
- Ardeljan, A. D., & Hurezeanu, R. (2024). Sarcopenia. In *StatPearls*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30312372>
- Beudart, C., Rizzoli, R., Bruyère, O., Reginster, J.-Y., & Biver, E. (2014). Sarcopenia: burden and challenges for public health. *Archives of Public Health = Archives Belges de Sante Publique*, *72*(1), 45. <https://doi.org/10.1186/2049-3258-72-45>
- Borges, K., Artacho, R., Jodar-Graus, R., Molina-Montes, E., & Ruiz-López, M. D. (2022). Calf Circumference, a Valuable Tool to Predict Sarcopenia in Older People Hospitalized with Hip Fracture. *Nutrients*, *14*(20), 4255. <https://doi.org/10.3390/nu14204255>
- Cannataro, R., Carbone, L., Petro, J. L., Cione, E., Vargas, S., Angulo, H., Forero, D. A., Odriozola-Martínez, A., Kreider, R. B., & Bonilla, D. A. (2021). Sarcopenia: Etiology, Nutritional Approaches, and miRNAs. *International Journal of Molecular Sciences*, *22*(18), 9724. <https://doi.org/10.3390/ijms22189724>
- Cho, M.-R., Lee, S., & Song, S.-K. (2022). A Review of Sarcopenia Pathophysiology, Diagnosis, Treatment and Future Direction. *Journal of Korean Medical Science*, *37*(18), e146. <https://doi.org/10.3346/jkms.2022.37.e146>
- Cruz-Jentoft, A. J., & Sayer, A. A. (2019). Sarcopenia. *The Lancet*, *393*(10191), 2636–2646. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)31138-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)31138-9)
- Dominguez, L. J., Farruggia, M., Veronese, N., & Barbagallo, M. (2021). Vitamin D Sources, Metabolism, and Deficiency: Available Compounds and Guidelines for Its Treatment. *Metabolites*, *11*(4). <https://doi.org/10.3390/metabo11040255>
- Fan, H., Li, M., Zhang, C., Sun, H., Shi, S., & Ma, B. (2024). Knowledge, attitude, and practice toward sarcopenia among older adults in two cities in Zhejiang province, China.

- Giovannini, S., Brau, F., Forino, R., Berti, A., D'Ignazio, F., Loreti, C., Bellieni, A., D'Angelo, E., Di Caro, F., Biscotti, L., Coraci, D., Fusco, A., Padua, L., & Bernabei, R. (2021). Sarcopenia: Diagnosis and Management, State of the Art and Contribution of Ultrasound. *Journal of Clinical Medicine*, 10(23). <https://doi.org/10.3390/jcm10235552>
- Kiss, C. M., Bertschi, D., Beerli, N., Berres, M., Kressig, R. W., & Fischer, A. M. (2024). Calf circumference as a surrogate indicator for detecting low muscle mass in hospitalized geriatric patients. *Aging Clinical and Experimental Research*, 36(1), 25. <https://doi.org/10.1007/s40520-024-02694-x>
- Lee, S. Y. (2021). Handgrip Strength: An Irreplaceable Indicator of Muscle Function. *Annals of Rehabilitation Medicine*, 45(3), 167–169. <https://doi.org/10.5535/arm.21106>
- Lian, R., Jiang, G., Liu, Q., Shi, Q., Luo, S., Lu, J., & Yang, M. (2023). Validated Tools for Screening Sarcopenia: A Scoping Review. *Journal of the American Medical Directors Association*, 24(11), 1645–1654. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2023.06.036>
- Lupton-Smith, A., Fourie, K., Mazinyo, A., Mokone, M., Nxaba, S., & Morrow, B. (2022). Measurement of hand grip strength: A cross-sectional study of two dynamometry devices. *The South African Journal of Physiotherapy*, 78(1), 1768. <https://doi.org/10.4102/sajp.v78i1.1768>
- Mey, R., Calatayud, J., Casaña, J., Cuenca-Martínez, F., Suso-Martí, L., Andersen, L. L., & López-Bueno, R. (2023). Handgrip strength in older adults with chronic diseases from 27 European countries and Israel. *European Journal of Clinical Nutrition*, 77(2), 212–217. <https://doi.org/10.1038/s41430-022-01233-z>
- Nishioka, S., Yamanouchi, A., Matsushita, T., Nishioka, E., Mori, N., & Taguchi, S. (2021). Validity of calf circumference for estimating skeletal muscle mass for Asian patients after stroke. *Nutrition*, 82, 111028. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2020.111028>
- Njoto, E. N. (2023). Sarkopenia pada Lanjut Usia: Patogenesis, Diagnosis dan Tata Laksana. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(3). <https://doi.org/10.7454/jpdi.v10i3.1444>
- Rose Berlin Piodena-Aportadera, M., Lau, S., Chew, J., Lim, J. P., Ismail, N. H., Ding, Y. Y., & Lim, W. S. (2022). Calf Circumference Measurement Protocols for Sarcopenia Screening: Differences in Agreement, Convergent Validity and Diagnostic Performance. *Annals of Geriatric Medicine and Research*, 26(3), 215–224. <https://doi.org/10.4235/agmr.22.0057>
- Shafiee, G., Keshtkar, A., Soltani, A., Ahadi, Z., Larijani, B., & Heshmat, R. (2017). Prevalence of sarcopenia in the world: a systematic review and meta-analysis of general population studies. *Journal of Diabetes & Metabolic Disorders*, 16(1), 21. <https://doi.org/10.1186/s40200-017-0302-x>
- Tagliafico, A. S., Bignotti, B., Torri, L., & Rossi, F. (2022). Sarcopenia: how to measure, when and why. *La Radiologia Medica*, 127(3), 228–237. <https://doi.org/10.1007/s11547-022-01450-3>
- Tirtadjaja, D. A., Apandi, M., & Dwipa, L. (2022). Perbedaan Adekuasi Asupan Nutrisi Lansia Sarkopenia dengan dan Tanpa Sarkopenia di Panti Werdha Bandung. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 8(4), 163. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v8i4.538>
- Wiśniowska-Szurlej, A., Ćwirlej-Sozańska, A., Kilian, J., Wołoszyn, N., Sozański, B., & Wilmowska-Pietruszyńska, A. (2021). Reference values and factors associated with hand grip strength among older adults living in southeastern Poland. *Scientific Reports*, 11(1), 9950. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-89408-9>
- Won, C. W. (2023). Management of Sarcopenia in Primary Care Settings. *Korean Journal of Family Medicine*, 44(2), 71–75. <https://doi.org/10.4082/kjfm.22.0224>
- Yuan, S., & Larsson, S. C. (2023). Epidemiology of sarcopenia: Prevalence, risk factors, and consequences. *Metabolism*, 144, 155533.

<https://doi.org/10.1016/j.metabol.2023.155533>