

## LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT



UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN LANSIA DI ERA NEW  
NORMAL DI DESA PULAU JAMBU KECAMATAN KUOK  
2019-2020

### TIM PENGUSUL :

1. DHINI ANGGRAINI DHILON, M.Keb
2. DUMA SARI LUBIS, M.Keb
3. MILDA HASTUTY, S.ST, M.Kes
4. FITRI NELFAYANTI
5. CINDY MARTHA EFENDI

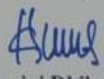
PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

## HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia di Era New Normal di Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok
2. Nama Mitra : Majelis Ta'lim Raudhatul Jannah
3. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Dhini Anggraini Dhilon, M.Keb
  - b. NIDN : 1029038903
  - c. Jabatan/Golongan : Penata Muda/ III a
  - d. Program Studi : D IV Kebidanan
  - e. Perguruan Tinggi : Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
  - f. Bidang Keahlian : Kebidanan
  - g. Alamat Kantor/Telepon : Jl.TuankuTambusaiNo.23 Bangkinang/(0762)21677
4. Anggota Tim Pengusul
  - a. Jumlah Anggota : 2 orang
  - b. Nama Anggota I/bidang keahlian : Duma Sari Lubis, M.Keb/ Dosen D IV Kebidanan
  - c. Nama Anggota II/bidang keahlian : Milda Hastuty, S.ST, M.Kes/ Dosen D III Kebidanan
  - d. Jumlah mahasiswa yang terlibat : 2 orang
5. Lokasi Kegiatan / mitra
  - a. Wilayah mitra (desa/kecamatan) : Desa Pulau Jambu
  - b. Kabupaten/Kota : Kampar
  - c. Propinsi : Riau
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 20 KM
6. Luaran yang dihasilkan : Peningkatan kesehatan lansia
7. Jangka waktu pelaksanaan : 1 bulan
8. Biaya Total : Rp. 2.500.000

Mengetahui,  
(Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UP  
  
Dewi Anggraini Harahap, M.Keb  
NIP-TT 096 542 089

Bangkinang, Agustus 2020  
Ketua Tim Pengusul

  
(Dhini Anggraini Dhilon, M.Keb)  
NIP-TT 096 542 156

Mengetahui  
Ketua LPPM  
  
(An. Anriza, M.Rep)  
NIP-TT 096 542 024

## DAFTAR ISI

<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Analisa situasi .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Permasalahan Mitra .....</b>	<b>3</b>
<b>BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN .....</b>	<b>4</b>
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN.....</b>	<b>5</b>
<b>BAB IV BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN .....</b>	<b>7</b>
<b>BAB V PELAKSANAAN KEGIATAN .....</b>	<b>8</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisa Situasi**

Pada masa pandemi Covid-19 ini, lansia menjadi kelompok yang paling rentan dan memiliki risiko paling tinggi dibanding yang lainnya. Hal ini dibuktikan dengan tingginya korban meninggal pada lansia. Data dari WHO menunjukkan bahwa angka kematian paling tinggi akibat Covid-19 adalah berusia di atas 80 tahun dengan persentase mencapai lebih dari 22% (Wisnubrata, 2020).

Dampak virus SARS-CoV-2 terhadap lansia dapat lebih berbahaya karena beberapa hal, yaitu penambahan usia, penurunan fungsi organ, dan akibat penyakit lain. Pertambahan usia cenderung melemahkan sistem kekebalan tubuh sehingga risiko lansia terserang penyakit COVID-19 tentu akan lebih besar. Sementara itu, lansia dengan co-morbid seperti stroke, diabetes, dan penyakit lainnya dapat memperberat kondisi dari lansia apabila terkena COVID-19.

Oleh karena itu, dalam menghadapi keganasan dari pandemi COVID-19, para lansia harus melakukan beberapa hal agar dapat mencegah penularan. Prof. Sudijanto menyampaikan bahwa para lansia harus mengikuti anjuran pemerintah seperti melakukan *physical distancing*, cuci tangan secara teratur, dan konsumsi obat rutin apabila ada penyakit lain.

Tak cukup hanya mengikuti anjuran pemerintah, para lansia juga harus melakukan kegiatan mandiri dengan olahraga ringan, berjemur, dan mengelola stres dengan baik. Dengan pengelolaan stres yang cukup, imunitas tubuh akan lebih baik. Konsumsi makanan bergizi juga tak kalah penting dengan asupan gizi seimbang sesuai kalori dan konsumsi air yang cukup bagi para lansia.

Dalam menghadapi pandemi COVID-19, tentu diperlukan manajemen pandemi dan peran dari masyarakat. Di Indonesia sendiri, pandemi COVID-19 terus mengalami peningkatan kasus. Bahkan saat ini sudah menjadi salah satu negara dengan kasus tertinggi di Asia Tenggara. Oleh karena itu pentingnya peran dan fungsi kesehatan masyarakat dalam menghadapi pandemi.

Manajemen pandemi terbagi menjadi tiga poin penting, yaitu *to prevent*, *to detect*, dan *to response*. Ketiga poin tersebut tak hanya dilakukan oleh satu pihak saja. Tentu ketiga poin tersebut harus bisa dilakukan mulai dari masyarakat, tenaga kesehatan, birokrasi dan dunia usaha, pemerintah daerah, hingga pemerintah pusat.

Peran masyarakat dalam manajemen pandemi sangat penting. Masyarakat adalah garda terdepan dalam menghadapi pandemi yang tentunya menjadi kunci dalam pemutusan rantai penularan. Hal tersebut dapat terjadi dengan melakukan berbagai upaya seperti PHBS, *physical distancing*, dan upaya lainnya mengingat belum adanya vaksin untuk mengatasi pandemi COVID-19.

Pemberdayaan masyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19 harus dilakukan dengan kesadaran masyarakat dan dibantu dengan tenaga kesehatan yang membina masyarakat. Harapannya, dengan upaya yang dilakukan, masyarakat menjadi tahu, waspada, mau, dan mampu mencegah penularan dari pandemi COVID-19.

#### **B. Permasalahan Mitra**

1. Jumlah lansia tinggi pada daerah tersebut, sehingga kelompok yang rentan tertular Covid-19 tinggi
2. Masyarakat kurang peduli terhadap protokol kesehatan yang dianjurkan pada masa pandemic Covid-19
3. Peran serta masyarakat kurang dalam pelaksanaan Protokol kesehatan

**BAB II**  
**SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra maka direncanakan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut dan target luarannya sebagai berikut :

NO	KEGIATAN/SOLUSI	LUARAN
1	Penyuluhan kesehatan lansia pada Era New Normal Covid-19	Lansia mampu menerapkan protokol kesehatan pada era new normal pandemi Covid-19
2	Pemeriksaan kesehatan	Teridentifikasinya lansia yang memiliki co-morbid ex : Hipertensi, diabetes dan lainnya
3	Memberikan Susu dan vitamin untuk peningkatan sistem imun tubuh lansia	Peningkatan kesehatan lansia

### **BAB III**

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis :

#### **C. Tahap Persiapan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi edukasi

#### **D. Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan akan dilakukan di Majelis Ta'lim Raudhatul Jannah Desa Pulau Jambu. Dalam pelaksanaannya sasaran tersebut akan dibagi menjadi 3 kelompok. Beberapa orang dari anggota kelompok akan ditunjuk sebagai ketua untuk memimpin saat tutorial. Materi akan diberikan dalam bentuk ceramah

#### **E. Pembuatan Artikel Pengabdian**

Artikel pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian ini benar-benar tercapai.

#### **D. Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-



kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan.

E. Tahap Pembuatan Laporan

Pembuatan laporan disesuaikan dengan hasil yang telah dicapai selama melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

**BAB IV**  
**BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN**

**Tabel 5.1 Anggaran biaya program pengabdian masyarakat yang diajukan**

No	Komponen	Biaya yang diusulkan
1	Pembelian Susu dan vitamin	Rp 1.500.000
2	Pembelian bahan habis pakai untuk pembelian ATK, fotocopy, surat-menyurat, penyusunan laporan, cetak, penjilidan, publikasi, pulsa, internet, bahan pembuatan alat bagi mitra	Rp 300.000
3	Perjalanan untuk survei/sampling data, sosialisasi/pelatihan/pendampingan/evaluasi, seminar/workshop, akomodasi, konsumsi,perdiem/lumpsum, transport	Rp 300.000
4	Peralatan untuk penunjang pengabdian lainnya	Rp 400.000
Jumlah		Rp 2.500.000

**Tabel 5. 2 Jadwal kegiatan PKM Peningkatan Kesehatan Lansia di Era New Normal Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok**

No	Kegiatan	April	Mei	Juni	Juli
1	Sosialisasi kegiatan dengan mitra kerja sama dengan pihak terkait (sekolah, dinkes, puskesmas)	✓			
2	Bimbingan dan pengarahan dengan pihak terkait		✓		
3	Pelaksanaan program pendidikan kesehatan				✓
4	Pelaksanaan program pelayanan kesehatan				✓
5	Evaluasi program bersama mitra				✓
6.	Dokumentasi kegiatan PKM				✓

## **BAB V**

### **PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan pegandian masyarakat dilaksanakan selama satu hari dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

#### **A. Perencanaan**

Rencana kegiatan telah disusun sejak awal bulan April tahun 2020. Rencana kegiatan akan dilakukan pada bulan Juli di Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok. Dalam masa perencanaan, tim menentukan topik kegiatan pengabdian yang sangat diperlukan oleh sasaran. Dari hasil diskusi dengan tim akhirnya diputuskan bahwa kegiatan pengabdian mengambil tema “PKM Peningkatan Kesehatan Lansia pada Era New Normal”. Untuk penentuan sasaran, tim berkoordinasi dengan pihak Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok, dan akhirnya diputuskan bahwa semua lansia bisa berpartisipasi pada kegiatan ini. Kemudian tim mencoba menghubungi pihak Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok untuk menyampaikan maksud dengan pihak mitra. Mitra sangat setuju dengan kegiatan tersebut.

#### **B. Persiapan**

Kegiatan dilanjutkan dengan pembuatan proposal usulan program untuk diajukan ke Fakultas Ilmu Kesehatan dan kemudian diusulkan ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Proposal usulan program dibuat sesuai dengan format yang telah ditentukan oleh LPPM.

Tim menyerahkan surat izin pelaksanaan kepada Kepala Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok dan menyepakati hari dan tanggal pasti pelaksanaan kegiatan. Sehari sebelum kegiatan, yaitu hari Kamis tanggal 16 Juli 2020. Tim melakukan pertemuan kembali dengan Kepala Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok untuk membicarakan secara operasional terkait dengan pelaksanaan kegiatan ini. Berdasarkan hasil diskusi diputuskan kegiatan akan dilaksanakan pada pukul 14.00 WIB. Kegiatan akan dilakukan di Mesjid Darussalam Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok dengan melibatkan seluruh masyarakat. Terkait tempat disiapkan oleh Tim dan kepala Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok serta seluruh masyarakat. Terkait dengan alat dan bahan, Tim mempersiapkan booklet/leaflet berisi tentang materi peningkatan kesehatan lansia di Era New Normal dan melakukan peminjaman alat pendukung yang diperlukan ke laboratorium Fakultas Ilmu Kesehatan Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Pada hari pelaksanaan, yaitu Jumat tanggal 17 Juli 2020, sejak pukul 14.00 WIB. Kegiatan diawali dengan mengumpulkan seluruh ibu-ibu di Desa Pulau Jambu, dengan jumlah ibu-ibu yang hadir sekitar 30 orang yang didampingi oleh Tim dan kepala Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok.

### **C. Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian terlaksana sesuai dengan perencanaan, dimana tepat pukul 14.00 WIB kegiatan pengabdian sudah dimulai. Kegiatan pengabdian berlangsung tanpa halangan yang berarti dan peserta pengabdian mengikuti kegiatan dengan tertib dan interaktif. Kemudian selesai penyampaian materi, acara diakhiri dengan foto bersama seluruh tim pengabdian masyarakat dan peserta di Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok.

### **D. Evaluasi**

Dari hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian didapatkan bahwa sebagian besar peserta mengetahui tentang pentingnya pemeliharaan kesehatan lansia pada era new normal ini dan mematuhi protokol kesehatan. Selain itu, masyarakat dan tokoh masyarakat juga sangat antusias mengikuti kegiatan pengabdian dan mereka sangat aktif dalam berdiskusi dan bertanya terkait kegiatan yang dilakukan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hakim, Lukmanul. 2020. Perlindungan Lanjut Usia pada Masa Pandemi Covid-19. Jakarta : Pusat Penelitian DPR-RI
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease ( COVID-19). Kemenkes : Jakarta
- Kemenpan RI. 2020. Panduan Perlindungan Lansia pada Masa Pandemi Covid-19. Kemenpan : Jakarta
- WHO. 2020. Supporting older people during the COVID-19 pandemic is everyone's business diperoleh melalui <https://www.euro.who.int/en/health-topics/healthemergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/4/supporting-older-people-during-the-covid-19-pandemic-is-everyones-business>

## Lampiran I

### 1. Ketua Tim Pengusul

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Dhini Anggraini Dhilon, M.Keb
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	096 542 156
5	NIDN	1029038903
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bangkinang, 29 Maret 1989
7	E-mail	<a href="mailto:dhinianggrainidhilon@gmail.com">dhinianggrainidhilon@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/ HP	0852 7171 3592
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1 = - orang, S-2 = - orang, S-3 = - orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Keterampilan Dasar Kebidanan II
		2. Komunikasi dalam Praktik Kebidanan
		3. Askeb Kegawatdaruratan Maternal Neonatal

### 2. Anggota Tim I

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Duma Sari Lubis, M.Keb
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	096.542.120
5	NIDN	1015078001
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Tj. Balai Karimun/ 15 Juli 1980
7	E-mail	<a href="mailto:dumasarilubis@gmail.com">dumasarilubis@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/ HP	-
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1 = orang, S-2 = -orang, S-3 = orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Teknologi Pendidikan dan Media Pembelajaran

### 3. Anggota Tim II

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Milda Hastuty, S.ST, M.Kes
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	096.542.145
5	NIDN	1018048701
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Pekanbaru/ 18 April 1987
7	E-mail	Melda.obie@gmail.com
8	Nomor Telepon/ HP	-
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1 = orang, S-2 = -orang, S-3 = orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Promosi Kesehatan 2. KKPK 3. Komunikasi dalam Praktik Kebidanan



## **Lampiran II**

### **Gambaran IPTEK**

1. Melalui pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini nantinya akan memberikan pengetahuan pada lansia ataupun keluarga dalam pemeliharaan kesehatan pada era new normal pandemi Covid-19 dan menerapkan protokol kesehatan dengan tepat.





UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

e-mail : [lppm.tambusai@yahoo.co.id](mailto:lppm.tambusai@yahoo.co.id)  
Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang, Kampar-Riau Kode Pos. 28412  
Telp. (0762) 21677, 085278005611, 085211804568

**SURAT PERINTAH TUGAS**

Nomor : *248* /LPPM/UPTT/VII/2020

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, dengan ini menugaskan kepada:

- Nama : 1. Dini Anggraini Dhillon, M. Keb  
2. Duma sari Lubis, M. Keb  
3. Milda Hastuty, SST, M. Kes

Jabatan : Dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan Tema : " Peningkatan Kesehatan Lansia di Era New Normal " di Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok, pada Tanggal 17 Juli 2020.

Dengan dikeluarkannya surat tugas ini, maka yang bersangkutan wajib melaksanakan tugas dengan sebenarnya dan bertanggung jawab kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 17 Juli 2020

Lembaga Penelitian dan Pengabmas  
Ketua,






**Ns. Apriza, M. Kep**  
NIP-TT 096.542.068

Tembusan disampaikan kepada Yth:  
Bapak Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

## BERITA ACARA PENGABDIAN MASYARAKAT

Pada hari ini, Jumad Tanggal Tujuh Belas Bulan Juli Tahun Dua Ribu Dua Puluh telah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Pulau Jambu Kecamatan Kuok dengan Tema "Peningkatan Kesehatan Lansia di Era New Normal" oleh :

1. Dini Anggraini Dhilon, M. Keb 1..... 
2. Duma Sari Lubis, M. Keb 2..... 
3. Milda Hastuty, SST, M. Kes 3..... 

Demikian berita acara ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Koordinator



( Dini . A . D, M. Keb )

Kepala Desa



Mengetahui  
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabmas

  
(Ns. Apriza, M. Kep)

**ABSENSI PESERTA  
PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI RIAU**

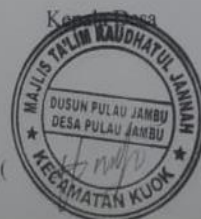
Hari/ tanggal : Jumat / 17 Juli 2020  
Tempat : Desa Pulau Jambu

No	Nama	TTD
1	Siti Saharfa	Adis
2	NALTI	[Signature]
3	Asmara mulyati	[Signature]
4	sakinah	[Signature]
5	MISAP NIATI	[Signature]
6	AGNI DAWATI	Amb
7	ERNAWILIS	[Signature]
8	RUSDA	[Signature]
9	YULISMA	[Signature]
10	NAZIQA	[Signature]
11	EKASUSANI	[Signature]
12	YUSNA	[Signature]
13	radifah	[Signature]
14	misnawati	[Signature]
15	Deswita	Day
16	Nurwailis	[Signature]
17	YUSNIATI	[Signature]
18	Zahida	Zahid
19	MURANI	[Signature]
20	NUR ASNI	[Signature]

Koordinator

[Signature]

( )





8/3/2020

Kantor Desa Pulau Jambu - Google Maps

## Google Maps Kantor Desa Pulau Jambu



Data peta ©2020 100 m



## Kantor Desa Pulau Jambu

Kantor Pemerintahan Daerah