

# **PENGATURAN DIET MAKAN PASIEN GERIATRI DENGAN DIABETES DAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KECAMATAN CEMPAKA PUTIH**

**Lucky Brilliantina<sup>1\*</sup>, Mieke Marindawati<sup>1</sup>, Tutwuri Handayahi<sup>1</sup>, Desy  
Januarrifiano<sup>1</sup>, Fajar Siddiq Khatami<sup>1</sup>, Fathia Rimaisa<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta  
Jl. KH Ahmad Dahlan, Cirendeui, Tangerang Selatan, Kode Pos 15419

\*E-mail koresponden: [luckybrilliantina@umj.ac.id](mailto:luckybrilliantina@umj.ac.id)

## **ABSTRAK**

Pasien geriatri, atau pasien usia lanjut, seringkali mengalami berbagai kondisi kesehatan kronis seperti diabetes dan hipertensi. Pengaturan diet yang tepat menjadi salah satu intervensi penting dalam manajemen kedua kondisi ini. Di Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih, program pengaturan diet makan dirancang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pasien geriatri sambil mengontrol kadar gula darah dan tekanan darah.

Kata kunci : geriatri, diabetes, hipertensi, nutrisi

## **ABSTRACT**

*Geriatric patients, or elderly patients, often have various chronic health conditions such as diabetes and hypertension. Proper dietary management is one of the important interventions in the management of these two conditions. At Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih, a dietary management program is designed to meet the nutritional needs of geriatric patients while controlling blood sugar and blood pressure levels.*

*Keywords : geriatric, diabetes, hypertension, nutritional*

## 1. PENDAHULUAN

Pasien geriatri, atau pasien usia lanjut, seringkali mengalami berbagai kondisi kesehatan kronis seperti diabetes dan hipertensi. Pengaturan diet yang tepat menjadi salah satu intervensi penting dalam manajemen kedua kondisi ini. Di Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih, program pengaturan diet makan dirancang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pasien geriatri sambil mengontrol kadar gula darah dan tekanan darah.

Tujuannya untuk meningkatkan Kesehatan Pasien: Menyediakan pola makan yang seimbang dan sesuai dengan kondisi kesehatan pasien.

Mengontrol Gejala: Membantu mengendalikan kadar gula darah dan tekanan darah melalui diet yang tepat.

Meningkatkan Kualitas Hidup: Meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup pasien geriatri dengan pendekatan diet yang holistik.

## 2. METODE

Persiapan

- 1) Penyusunan materi edukasi yang meliputi brosur, pamflet, dan video edukasi.
- 2) Koordinasi dengan Puskesmas Ciputat Timur, tokoh agama, dan tenaga medis.
- 3) Pengorganisasian tim pelaksana dan pembagian tugas.

Pelaksanaan

- 1) Penyuluhan dilakukan pada 15 Agustus 2022 di puskesmas ciputat timur.
- 2) Peserta: ibu hamil, masyarakat, tenaga kesehatan

- 3) Metode: presentasi, diskusi interaktif, dan pembagian brosur.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah pelaksanaan program pengabdian masyarakat mengenai penyakit kulit akibat gangguan metabolik pada lansia, berikut adalah hasil yang telah dicapai peningkatan pengetahuan dan kesadaran. Edukasi dan Penyuluhan dihadiri oleh sekitar 100 peserta mengikuti edukasi yang diselenggarakan, baik secara langsung maupun melalui webinar. Materi edukatif seperti e-book, infografis telah terdiseminasi melalui platform online. Hasil survei menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai hubungan antara gangguan metabolik dan penyakit kulit dari 40% menjadi 85%.

## 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih telah berhasil dalam meningkatkan manajemen diet bagi pasien geriatri dengan diabetes dan hipertensi. Dukungan dan partisipasi aktif dari semua pihak terkait sangat berperan penting dalam keberhasilan program ini. Dengan terus melakukan perbaikan dan penyesuaian berdasarkan hasil evaluasi, diharapkan program ini dapat memberikan manfaat yang lebih besar dan berkelanjutan bagi komunitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih ditujukan kepada Rektor UMJ, LPPM UMJ atas

pendanaan dan fasilitasnya. Kepada Fakultas, Program Studi kami mengucapkan terima kasih atas dukungan fasilitasnya sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.

71(19), e127-e248.  
doi:10.1016/j.jacc.2017.11.006.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arisman. (2009). Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC.
- Hardinsyah & Supariasa, I.D.N. (2016). Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Soegih, R. (2014). Geriatri dan Gerontologi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- American Diabetes Association. (2020). Standards of Medical Care in Diabetes—2020. *Diabetes Care*, 43(Supplement 1), S1-S212. doi:10.2337/dc20-S001.
- Kahn, R., & Davidson, M. B. (2014). Medical Management of Hyperglycemia in Type 2 Diabetes: A Consensus Algorithm for the Initiation and Adjustment of Therapy. *Diabetes Care*, 32(1), 193-203. doi:10.2337/dco8-9025.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., ... & Wright, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. *Journal of the American College of Cardiology*,