

PENINGKATAN ASUPAN SERAT DAN KALSIUM PADA USIA LANJUT MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN PRODUK TEMPE, ABON, DAN NUGGET BERBAHAN DASAR DAUN SINGKONG DI POSYANDU LANSIA DESA GUNUNGLURAH, KECAMATAN CILONGOK, KABUPATEN BANYUMAS

Title	PENINGKATAN ASUPAN SERAT DAN KALSIUM PADA USIA LANJUT MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN PRODUK TEMPE, ABON, DAN NUGGET BERBAHAN DASAR DAUN SINGKONG DI POSYANDU LANSIA DESA GUNUNGLURAH, KECAMATAN CILONGOK, KABUPATEN BANYUMAS
Author Order	of
Accreditation	
Abstract	<p>Banyak masalah yang sering terjadi akibat penuaan. Seiring dengan bertambahnya usia, maka akan terjadi penurunan fungsi tubuh padalansia, baik fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut akan terlihat dalam jaringan dan organ tubuh seperti penurunan fungsi pencernaan, penurunan sensitifitas indra perasa, dan pengeroposan tulang (osteoporosis). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan lansia dalam membuat produk tempe, abon dan nugget berbahan dasar daun singkong, dalam rangka meningkatkan asupan serat dan kalsium pada usia lanjut di posyandu lansia Desa Gununglurah, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas. Metode kegiatan yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain one group pre and post test terhadap 50 responden di posyandu lansia di Desa Gunungluarh yang sebelumnya diberi pelatihan alih teknologi pembuatan tempe, abon dan nugget berbahan dasar daun singkong. Evaluasi sebelum dan setelah kegiatan dilakukan dengan kuesioner yang berisi 35 pertanyaan. Hasil yang diperoleh dianalisis dengan uji t berpasangan. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan lansia dalam meningkatkan asupan serat dan kalsium setelah kegiatan dari 54 menjadi 91,9 ($p=0,000$). Lansia dapat mendemonstrasikan kembali pembuatan tempe, abon, dan nugget berbahan dasar daun singkong. Tingkat pengetahuan dan ketrampilan lansia meningkat signifikan setelah pelatihan. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan pendidikan kesehatan secara periodik untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia. Kata kunci: asupan serat dan kalsium, lansia, tempe, abon, nugget, daun singkong</p>
Publisher Name	Proceeding Seminar LPPM UMP
Publish Date	2015-09-26
Publish Year	2015
Doi	
Citation	
Source	Proceeding Seminar LPPM UMP
Source Issue	2015: Buku I Bidang Ilmu Ekonomi dan Pertanian, Proceeding Seminar Nasional LPPM 2015, 26 September
Source Page	
Url	http://seminarlppm.ump.ac.id/index.php/semlppm/article/view/253
Author	INDAH NURAENI, MSc