

## Mahasiswa KKN K 82 Bantu Penyuluhan Pola Makan Lansia



Mahasiswa KKN K 82 bantu penyuluhan pola makan lansia di Gampong Paya Dua, Kecamatan Banda Baro, Aceh Utara, Jumat (20/10/2023). Foto: Ist.

**UNIMALNEWS | Banda Baro** - Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Pembelajaran dan Pemberdayaan Masyarakat (KKN-PPM) Universitas Malikussaleh kelompok 82 membantu melakukan penyuluhan di Gampong Paya Dua, Kecamatan Banda Baro, Aceh Utara, Jumat (20/10/2023).

Mereka melakukan penyuluhan tentang pola makan sehat kepada para lansia yang berlangsung di meunasah Gampong Paya Dua. Kegiatan ini dihadiri oleh sekitar 60 lansia yang ingin melakukan pemeriksaan bulanan. Salah satu petugas Puskesmas, Fitriani SKeb menyampaikan bahwa pemeriksaan kesehatan lansia rutin diadakan tiap bulannya oleh petugas Puskesmas Kecamatan Banda Baro.

“Pemeriksaan yang dilakukan oleh petugas ialah mengukur berat badan dan tekanan darah serta pengecekan kadar kolesterol. Selain pemeriksaan, lansia juga dapat melakukan konsultasi keluhan yang dialami, yang kemudian akan diberikan masukan dari keluhan tersebut oleh petugas kesehatan yang ahli di bidangnya serta obat jika diperlukan,” terangnya.

Ia juga mengatakan Puskesmas tersebut kerap mengadakan penyuluhan kesehatan di meunasah sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyakit pada lansia agar para lansia di Gampong Paya Dua dapat hidup lebih sehat dan bahagia dengan pola hidup yang baik.

“Sebagaimana mahasiswa KKN Unimal ikut andil dalam proses penyuluhan di Gampong Paya Dua, meski hanya berkesempatan untuk berpartisipasi membantu panitia dalam program penyuluhan ini, namun mahasiswa bersemangat ketika mendapatkan kesempatan untuk melakukan penyuluhan kepada para lansia,” tambahnya.

Sementara itu, ketua kelompok, Aji Priansyah menyampaikan bahwa penyuluhan tentang pola makan sehat tersebut memberikan pemahaman untuk para lansia tentang penting pola makan dan kehidupan yang sehat serta pemahaman tentang peranan bakteri baik untuk pencernaan.

“Pola makan akan mempengaruhi proses pencernaan makanan didalam sistem pencernaan, mulai dari bagaimana cara mengunyah, waktu yang tepat untuk makan hingga contoh makanan yang baik untuk kesehatan lansia,” ungkapnya.

Usai penyuluhan, para lansia tetap melakukan pemeriksaan rutin setiap bulan dan konsultasi keluhan yang dialami seperti biasanya. Kegiatan Posbindu (untuk Lansia) ini juga dibantu oleh para kader kesehatan yang tinggal di sekitar Posbindu Lansia Gampong Paya Dua. [fzl]

**Tanggal:** 22 October 2023

**Post by:** [Faizul](#)

**Kategori:** [News](#),

**Tags:** [Unimal](#), [Aceh Utara](#), [Unimal Hebat](#), [KKN](#),