

---

# AKADEMI KEPERAWATAN YAYASAN UKI

Jl. Swadaya II No. 27, Tanjung Priok, Jakarta Utara 14320  
Repository & Perpustakaan Digital

---

## Skrining Malnutrisi dan Risiko Sarkopenia pada Lansia Panti Werdha dengan MNA-SF dan SARC-F Disertai Bundle Intervensi Gizi-Latihan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur

**Tipe Dokumen:** Laporan Penelitian

**Penulis:** Ns. Retno Wulandari, S.Kep., M.Kep.; Ns. Bambang Sutrisno, S.Kep., M.Kep.; Ns. Dewi Hapsari, S.Kep., M.Kep.

**Tahun:** 2026

**Halaman:** 134

**Program Studi:** D-III Keperawatan

---

### Abstrak / Deskripsi

Penelitian quasi-experiment one-group pretest-posttest ini menguji bundle fortifikasi protein dan latihan resistensi pada 148 lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung, Jakarta Timur. Skrining menggunakan MNA-SF, SARC-F, dan handgrip dynamometry menunjukkan prevalensi risiko malnutrisi 58,1% dan risiko sarkopenia 44,6% pada baseline. Setelah intervensi 12 minggu, skor MNA-SF meningkat dari 9,2 $\pm$ 1,6 menjadi 11,7 $\pm$ 1,8 ( $p < 0,001$ ), kekuatan genggam pria naik dari 23,6 menjadi 27,1 kg dan wanita dari 14,8 menjadi 17,3 kg ( $p < 0,001$ ), serta skor SARC-F menurun dari 4,8 $\pm$ 2,1 menjadi 3,1 $\pm$ 1,7 ( $p < 0,001$ ). Bundle terbukti efektif memperbaiki status gizi dan kekuatan otot lansia panti.