

Skrining Kesehatan Penyakit Tidak Menular Pada Usia Lanjut di Kecamatan Neglasari, Kota Tangerang

Eka Mardiana Afrilia¹, Murni Lestari², Siti Mardhatillah Musa³

¹FIKes Universitas Muhammadiyah Tangerang,/Profesi Kebidanan

²FIKes Universitas Muhammadiyah Tangerang,/ Pendidikan Sarjana Kebidanan

³FIKes Universitas Muhammadiyah Tangerang,/ Profesi Kebidanan

ekamardianaafilia@gmail.com

Abstrak

Lanjut usia merupakan proses perubahan menjadi tua dan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia yang dimulai pada usia 60 tahun. Lanjut usia bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses secara berangsur-angsur yang mengakibatkan perubahan kumulatif sehingga terjadi penurunan fungsi daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang berakhir dengan kematian. Salah satu permasalahan yang ada di Kecamatan Neglasari, Kota Tangerang adalah masih kurangnya pengetahuan lansia untuk melakukan skrining kesehatan secara dini sehingga masih tingginya penyakit tidak menular seperti hipertensi, Diabetes mellitus (DM), Asam urat, kolesterol. Berdasarkan permasalahan tersebut Fakultas Ilmu Kesehatan melalui tim pengabdian masyarakat melakukan deteksi dini penyakit tidak menular pada lansia dan memberikan edukasi dengan menggunakan leaflet. Untuk itu juga pemerintah telah mencanangkan pelayanan pada lanjut usia guna untuk meningkatkan derajat kesehatan bagi lansia. Jumlah sampel yaitu 23 lansia. Pemeriksaan kesehatan secara berkala berguna untuk mengetahui status kesehatan diri seseorang serta melakukan deteksi dini apakah ada penyakit atau gejala penyakit yang berpotensi membahayakan untuk masa depan.

Kata Kunci: Lansia, Edukatif, Skrining.

*Health Screening of Non-communicable Disease in the Elderly at Neglasari District,
Tangerang City*
Abstract

Elderly is a process of change into old age and as the final stage of development in the human life cycle which begins at the age of 60 years. Old age is not a disease, but is a gradual process that results in cumulative changes so that there is a decrease in the body's immune function in the face of stimuli from inside and outside the body which ends in death. One of the problems in the Neglasari sub-district, Tangerang City, is the lack of knowledge of the elderly to carry out early health screening so that non-communicable diseases such as hypertension, diabetes mellitus (DM), gout, cholesterol are still high. Based on these problems, the Faculty of Health Sciences through the community service team carried out early detection of non-communicable diseases in the elderly and provided education using leaflets. For this reason, the government has also launched services for the elderly in order to improve the health status of the elderly. The number of samples is 23 elderly. Periodic health checks are useful for knowing one's own health status and for early detection of any potentially dangerous diseases or symptoms.

Keywords: Elderly, Educational, Screening

PENDAHULUAN

Proses menua pada manusia merupakan fenomena yang tidak dapat kita hindari. Semakin baik pelayanan kesehatan suatu negara makin tinggi juga harapan hidup masyarakat. Peningkatan kualitas hidup dan kesehatan merupakan salah satu bentuk dari keberhasilan pembangunan negara-negara di dunia. Salah satu bentuk peningkatan tersebut dapat dilihat dari usia harapan hidup dan semakin meningkatnya jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun. Di dunia diperkirakan pada tahun 2050 presentase jumlah lansia yaitu sekitar 25,3 % dan di Indonesia 21,4 %). Sejak tahun 2000, presentasi penduduk lansia di Indonesia sudah melebihi 7% sehingga Indonesia mulai masuk dalam kelompok negara berstruktur tua (Kemenkes RI, 2014).

Menurut Nugroho (2009) peningkatan jumlah penduduk lanjut usia akan meningkatkan permasalahan kesehatan pada lansia. Kesehatan ini terjadi karena adanya proses menua yang menyebabkan banyak perubahan pada tubuh lansia seperti perubahan psikologis, sosial dan penurunan fungsional tubuh. Juniardi (2012) menjelaskan bahwa seiring berjalannya waktu, proses penuaan memang tidak bisa dihindarkan, semua orang memiliki keinginan agar dapat menjalani hari tua yang berkualitas dan penuh makna.

Lansia identik dengan berbagai penurunan status kesehatan terutama status kesehatan fisik. Berbagai teori tentang proses menua menunjukkan hal yang sama. Status kesehatan lansia yang menurun seiring dengan bertambahnya usia akan memengaruhi kualitas hidup lansia. Bertambahnya usia akan diiringi dengan timbulnya berbagai penyakit, penurunan fungsi tubuh, keseimbangan tubuh dan risiko jatuh. Menurunnya status kesehatan lansia ini berlawanan dengan keinginan para lansia agar tetap sehat, mandiri dan dapat beraktivitas seperti biasa (Kiik, et.al., 2018).

Pada masa lansia terjadi beberapa penurunan fungsional tubuh karena terganggunya homeostasis. Beberapa penyakit yang sering diderita oleh lansia adalah hipertensi dan diabetes melitus (Setiati, 2009). Terganggunya sistem pengaturan glukosa darah mengakibatkan peningkatan glukosa darah lebih dari normal. Glukosa darah

meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Seiring dengan proses penuaan semakin banyak lansia yang berisiko terhadap terjadinya Diabetes Melitus. Diabetes Melitus pada lansia umumnya bersifat asimtomatik, walaupun ada gejala seringkali berupa gejala yang tidak khas seperti kelemahan, letargi, perubahan tingkah laku, menurunnya status kognitif atau kemampuan fungsional. Hal tersebut yang menyebabkan diagnosis Diabetes melitus pada lansia agak terlambat (Kurniawan, 2010). Pada lansia tanpa diabetes kadar gula darah yang direkomendasikan, sebelum makan kurang dari 100 mg/dl, pada 1-2 jam setelah makan kurang dari 140 mg/dl. Menjaga kadar gula darah pada lansia merupakan salah satu hal penting, terutama mereka yang beresiko dengan berbagai masalah kesehatan, salah satunya diabetes.

Apalagi jika sudah mengalami penyakit ini, menjaga kadar gula darah tetap normal menjadi kunci dari pengobatan. Diabetes melitus (DM) adalah suatu kelompok penyakit metabolic dengan karakteristik hipoglikemia yang terjadi karna kelainan sekresi insulin. Hiperglikemia kronik pada diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka Panjang, disfungsi atau kegagalan beberapa organ seperti ginjal, neuropati, jantung, pembuluh darah dll. Gout arthritis merupakan adalah terjadinya penumpukan asam urat dalam tubuh yang berlebihan (Sustrani, 2012). Penyakit ini disebabkan oleh produksi asam urat yang meningkat dan proses pembuangannya melalui ginjal menurun bisa juga disebabkan karena asupan makanan yang kaya purin meningkat. Kebutuhan senyawa purin yang di produksi oleh tubuh 85% dan 15% berada dalam makanana. Makanan yang mengandung zat purin yang tinggi akan diubah menjadi asam urat dan beredar di sirkulasi darah. Hal ini mengakibatkan menurunnya fungsi fisik terutam pada ekteremitas bagian bawah, menurunnya kualitas hidup serta memiliki risiko tinggi seperti penyakit jantung, ginjal bahkan mortalitas (Limetal, 2013).

Tekanan darah normal untuk kebanyakan orang dewasa menurut Swari berkisar 120/80 mmHg. Namun tekanan darah bukan sebuah kondisi yang menetap alias mandek.

Tekanan darah bisa bervariasi setiap waktu tergantung dari banyak hal, mulai dari aktivitas apa yang dilakukan, makanan yang dikonsumsi, waktu pengukuran, dan usia. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit umum di kalangan lansia. Bahkan menurut National Heart, Lung, dan Blood Institute, orang-orang paruh baya beresiko 90% mengalami hipertensi di masa senjanya (Swari). Identifikasi dini faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia adalah sangat penting (Astuti, 2016). Hipertensi pada lanjut usia berhubungan dengan usia, jenis kelamin, genetik, kebiasaan merokok, kebiasaan olah raga, kebiasaan minum kopi dan konsumsi garam. Hipertensi pada lansia selain dipengaruhi oleh faktor usia, kebiasaan olah raga, obesitas dan tipe kepribadian, stres juga merupakan faktor yang paling dominan dalam mempengaruhi hipertensi pada usia lanjut.

Upaya kesehatan sebagai wujud tanggap dan peduli kesehatan masyarakat juga dilakukan terhadap usia lanjut. Berbagai upaya dapat dilakukan, salah satunya berupa skrining lansia, yang akan mendeteksi berbagai keadaan yang dialami oleh lansia dari aspek kesehatan fisik, psikis, sosial masyarakat, ekonomi, dan kesanggupan dalam beribadah.

Berdasarkan analisis di atas, maka perlu untuk dilakukan skrining Kesehatan pada lansia di Kecamatan Neglasari Kota Tangerang. Hal ini dikarenakan masih banyak lansia yang belum pernah memeriksakan kesehatannya dan kurangnya pengetahuan tentang pentingnya kesehatan. Selain itu, kurang optimalnya pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Oleh karena itu, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang melalui tim pengabdian kepada masyarakat ini ingin meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin di Kota Tangerang sehingga pemberian pendidikan kesehatan dapat dilakukan secara optimal.

Berdasarkan pada analisis situasi yang telah disebutkan sebelumnya, dapat diidentifikasi permasalahan pada mitra yang disusun dalam bentuk prioritas sebagai berikut yaitu: 1) Permasalahan pokok pertama adalah dibutuhkan kemampuan untuk dapat menumbuhkan kesadaran dan meningkatkan pengetahuan para lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatannya dalam upaya peningkatan kualitas hidup; 2) Permasalahan pokok kedua adalah dibutuhkan kemampuan untuk dapat mengoptimalkan pendidikan kesehatan pada lansia.

BAHAN DAN METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Neglasari. Rencana kegiatan yang akan dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada mitra seperti tersaji pada tabel berikut ini.

1. Pembuatan media penyuluhan leaflet tentang skrining kesehatan, meliputi :

No	Kegiatan Persiapan
1	Mengumpulkan referensi materi tentang Pendidikan Kesehatan (Hipertensi, DM, Kolestrol dan Asam Urat)
2	Menentukan materi yang ada di dalam leaflet
3	Mendesain tampilan leaflet dan mencetak leaflet
4	Memberikan penyuluhan tentang Pendidikan Kesehatan pada lansia
5	Melakukan skrining Kesehatan pada lansia (tekanan darah, gula darah, kolestrol dan asam urat)

2. Pendampingan saat implementasi, pada bagian ini mulai mengimplementasikan kegiatan penyuluhan dan skrining Kesehatan pada lansia Monitoring, evaluasi dan rencana aksi tindak lanjut, untuk mendapatkan informasi

berkaitan dengan permasalahan saat implementasi, evaluasi terhadap efektivitas, serta memberikan masukan terhadap implementasi yang sudah dilaksanakan.

3. **Partisipasi mitra**, dalam hal ini Kantor Kecamatan Neglasari dalam implementasi program pengabdian ini adalah sebagai partisipan utamanya sebagai peserta dari setiap aktivitas/kegiatan pengabdian yang diusulkan. Serta sebagai penyedia tempat kegiatan, sarana dan prasarana penunjang, seperti ruangan, LCD, mikropon dan lain-lain.

HASIL DAN BAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dalam meningkatkan kesehatan lansia melalui pendidikan kesehatan tentang hipertensi, DM, kolestrol dan asam urat sebagai upaya peningkatan kualitas hidup dengan menggunakan media leaflet di Kota Tangerang berjalan dengan baik dan lancar. Para lansia sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Kegiatan awal PkM dimulai dengan memberikan penyuluhan kepada para lansia untuk menambah pengetahuan para lansia tentang pendidikan kesehatan. Banyak para lansia yang melontarkan pertanyaan-pertanyaan seputaran Pendidikan Kesehatan yang disampaikan oleh petugas Kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa para lansia di Kecamatan Neglasari Kota Tangerang mempunyai pengetahuan dengan kategori kurang tentang kesehatan. Kami menyimpulkan perlu adanya pendidikan kesehatan secara rutin sebagai upaya peningkatan kualitas hidup dengan menggunakan media power point yang menarik dilengkapi dengan gambar interaktif dan menggunakan media poster sehingga mudah dibaca oleh para lansia.

Tahapan kegiatan berikutnya, kami melakukan pemeriksaan skrining pada lansia. Kami juga memfollow up untuk mengevaluasi apakah para lansia melakukan pengecekan kesehatannya secara rutin di Fasilitas Kesehatan terdekat. Pengecekan Kesehatan sangat penting untuk diperhatikan karena banyak hal yang membuat kondisi tubuh yang sehat berubah secara tiba-tiba, sehingga perlu dipertimbangkan cara terbaik untuk membantu

seseorang mencapai dan mempertahankan kesehatannya seperti berolahraga, istirahat yang cukup, konsumsi makanan yang tepat, mengkonsumsi makanan sehat adalah landasan hidup sehat.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap baiknya pengetahuan para lansia tentang Pendidikan Kesehatan adalah dengan memberikan materi pendidikan kesehatan yang menggunakan media penyuluhan yang menarik dan praktis seperti leaflet. Selain itu, para lansia diketahui bahwa mereka sangat senang dengan adanya kegiatan skrining ini karena dapat mengetahui status kesehatannya dan bersosialisasi dengan masyarakat lansia lainnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Implementasi pendidikan kesehatan tentang skrining kesehatan (hipertensi, diabetes meilitus, kolestrol dan asam urat) pada usia lanjut dengan menggunakan leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan para lansia. Hal ini terlihat bahwa para lansia sangat senang dan antusias dengan adanya kegiatan skrining ini karena dapat mengetahui status kesehatannya.

Rencana tahapan berikutnya adalah bersama dengan guru memonitor dan melakukan bimbingan konseling secara berkelanjutan, untuk menilai dan mengidentifikasi permasalahan serta kesulitan yang dihadapi oleh para lansia, khususnya dalam bidang Kesehatan dan mengembangkan media promotif lain dalam bentuk audia visual atau aplikasi yang bisa diakses dalam media online.

RUJUKAN

- Astuti, Endri. (2016). Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Usia Lanjut. Reseachgate.net/ public
- Frans, Juniardi. 2012. Faktor – faktor yang mempengaruhi rendahnya kunjungan lansia keposyandu lansia. Surakarta : Universitas Muhammadiyah
<http://jurnal.usu.ac.id/index.php/ws/articel/view/2132>

- Kemenkes RI. 2014. Situasi dan analisis usia lanjut .Info pusat data dan informasi(PUSDATIN) Kemenkes RI: Jakarta.
- Kementrian Kesehatan, (2019). Buku Panduan Hari Kesehatan Nasional. Kemenkes RI: Jakarta.
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) Di Kota Depok dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 109-116.
- Kurniawan. 2010 Diabetes melitus tipe 2 pada usia lanjut. *Majalah Kedokteran Indonesia*.;60 (12):576-84.
- Nugroho. (2012). Keperawatan gerontik & geriatrik, edisi 3. Jakarta : EGC.
- Nugroho W. 2009. Komunikasi dalam keperawatan gerontik. Jakarta: EGC.
- Setiati S, Kuntjoro H, Arya G.R. (2009).Proses menua dan implikasi kliniknya. Dalam: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, K Simadibrata M, Setiadi S, editor (penyunting). Buku ajar ilmu penyakit dalam. Edisi ke-5. Jakarta: Interna Publishing.