

## **Penyuluhan Gangguan Kesehatan Pada Lansia di Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur**

Sutyarso, G Nugroho Susanto, Martha L Lande, dan Zulkifli

*Program Studi Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Lampung*

Rencana Publikasi Pada: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. <http://jurnal.unpad.ac.id/pkm>. **ISSN 1410-5675** & **E-ISSN 2620-8431** Vol (xx) no (x) 2021

### **Abstrak**

Lanjut usia (lansia) dengan perubahan yang terjadi secara fisiologis, kognitif dan kesehatan psikososial akan berdampak terhadap berkurangnya kemampuan memenuhi kebutuhan fungsional, kebingungan atau menarik diri, dan ketidakmampuan membuat keputusan yang berkaitan dengan kebutuhan. Lansia merupakan penduduk berisiko tinggi untuk terjadinya berbagai macam gangguan kesehatan atau penyakit degeneratif, antara lain stroke, hipertensi, dan diabetes melitus. Rendahnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, pola hidup sehat, dan pola pencegahan dini, merupakan penyebab utama tingginya angka kejadian komplikasi penyakit pada lansia. Kemudahan lansia dalam akses pelayanan kesehatan juga merupakan faktor penghambat lansia dan keluarga untuk mendapatkan informasi terkait penyakit tersebut. Tujuan kegiatan ini secara umum adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit degeneratif di wilayah Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur, dan secara khusus adalah (1) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes mellitus (2) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang cara pencegahan dan penanganan penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes melitus. Metode kegiatan yang dilakukan pada kegiatan ini adalah ceramah, diskusi, praktek dan pendekatan edukasi. Dari hasil kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit stroke, hipertensi dan diabetes melitus di wilayah Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur dengan perbedaan nilai rerata pengetahuan sebesar 3,75. Selain itu terlihat pada antusias lansia dalam sesi diskusi dan tanya jawab menunjukkan bahwa rasa ingin tahu lansia terhadap kesehatannya cukup tinggi. Pengetahuan mengenai penyakit-penyakit degeneratif ini sangat diperlukan agar lansia dapat secara mandiri menjaga kesehatannya.

### **Pendahuluan**

Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, pola hidup sehat, dan pola pencegahan dini, masih merupakan penyebab utama tingginya angka kejadian komplikasi penyakit pada lansia. Ketidakterjangkauan lansia terhadap akses pelayanan kesehatan lansia juga

merupakan faktor penghambat lansia dan keluarga untuk mendapatkan informasi terkait gangguan kesehatan pada lansia (Mighra & Djaali, 2020).

Lansia merupakan penduduk yang memiliki resiko tinggi untuk terjadinya berbagai macam penyakit degeneratif, antara lain stroke, hipertensi, dan diabetes melitus. Ketiga penyakit tersebut masuk dalam 10 penyakit utama yang diderita oleh lansia yang dirawat inap di rumah sakit (Jamal, Hestining, & Raharni, 2000). Riset Kesehatan Dasar 2013 menyebutkan penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah hipertensi (57,6%), artritis (51,9%), stroke (46,1%), masalah gigi dan mulut (19,1%), penyakit paru obstruktif menahun (8,6%) dan diabetes mellitus (4,8%) (RI, 2013). Tidak jarang penyakit tersebut baru disadari oleh lansia ketika penyakit tersebut sudah dalam kondisi parah dan dengan komplikasi, sehingga berdampak pada meningkatnya angka kesakitan dan kematian, serta penurunan kualitas hidup lansia dan penurunan kemampuan lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Berbagai upaya telah dilakukan baik oleh pemerintah maupun lembaga swasta untuk meningkatkan pengetahuan dan keterjangkauan lansia akan informasi tentang kesehatan, salah satunya adalah dibentuknya pelayanan posyandu lansia. Namun pada beberapa wilayah, kegiatan ponyandu lansia belum aktif secara optimal, bahkan belum terbentuk. Posyandu lansia merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan oleh lansia untuk menjangkau pelayanan kesehatan, serta informasi dan edukasi tentang kesehatan lansia (Andria, 2013). Pemberian informasi tentang kesehatan dilakukan untuk membangun kesadaran para lansia untuk diajak memikirkan permasalahan yang dihadapi, membuka harapan-harapan yang realistis dengan didasarkan pada kondisi fisiologisnya. Ketika kesadaran dan pengetahuan telah terbentuk maka penggerakan lansia untuk meningkatkan kapasitas diri dan kemampuan dalam menjaga kesehatannya akan lebih mudah.

Berdasarkan analisis tersebut, maka kegiatan ini perlu memfokuskan diri pada pemberian pengetahuan yang benar tentang penyakit degeneratif, faktor resiko, serta pola pencegahan yang tepat, agar tidak terlambat untuk dilakukan penanganan. Secara umum tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan lansia tentang gangguan kesehatan di wilayah Kelurahan Sukarame, Kota Bandar Lampung. Secara khusus, tujuan kegiatan ini adalah (1) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit stroke, (2) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit hipertensi, (3) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit diabetes melitus, dan (4) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang cara pencegahan dan penanganan penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes melitus.

## **Metode Pelaksanaan Pengabdian**

Munculnya permasalahan lansia di Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur merupakan awal dari terbentuknya kerangka berpikir pemecahan masalah. Adapun kerangka beripikir untuk pemecahan masalah adalah sebagai berikut:

Permasalahan:

1. Jumlah lansia yang beresiko untuk terkena dampak gangguan kesehatan di Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur.
2. Lansia di Desa Tambah Dadi pentingnya untuk **pemahaman** tentang gangguan kesehatan seperti stroke, hipertensi, dan diabetes melitus.
3. Lansia di Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Lampung Timur masih kurang memahami tentang **pola pencegahan** dan penanganan penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes mellitus.

Pemecahan masalah:

1. Meningkatkan keterjangkauan lansia yang beresiko untuk terkena dampak penyakit degeneratif akan akses informasi kesehatan.
2. Meningkatkan pengetahuan para lansia tentang penyakit degeneratif yaitu stroke, hipertensi, dan diabetes melitus.
3. Meningkatkan pengetahuan para lansia tentang pola pencegahan dan penanganan penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes melitus.
4. Meningkatkan kesadaran para lansia untuk mau dan mampu memantau kesehatannya secara berkala dan konsisten.

Metode Kegiatan

1. Pemberian informasi tentang penyakit degeneratif (stroke, hipertensi, dan diabetes melitus) menggunakan lembar balik.
2. Diskusi dan tanya jawab aktif mengenai materi stroke, hipertensi, dan diabetes melitus.
3. Peningkatan kesadaran lansia untuk mau dan mampu memantau kesehatannya secara berkala dan konsisten melalui pemberian edukasi dan motivasi.

Dalam rangka pemecahan masalah beberapa metode kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

### **1. Ceramah dan Diskusi**

Pemberian informasi tentang kesehatan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Ceramah bertujuan secara khusus agar lansia mendapatkan informasi yang tepat dan jelas mengenai penyakit degeneratif, jenis penyakit, faktor resiko dan penyebab, serta bagaimana pola pencegahan dan penanganan yang tepat. Kegiatan diskusi dan tanya jawab aktif dilakukan agar informasi yang disampaikan berlangsung secara dua arah dan sekaligus mengevaluasi pemahaman lansia terhadap materi yang disampaikan. Media yang digunakan dalam memberikan informasi ini adalah menggunakan lembar balik. Media ini cukup efektif dan informatif karena penyampaian yang diberikan lebih visual dengan mencantumkan gambargambar yang relevan dan menarik, dan juga disertai dengan penjelasan yang cukup komprehensif.

### **2. Praktek**

Kegiatan praktek yang diberikan kepada lansia adalah dengan memberikan pelatihan singkat kepada lansia tentang bagaimana menyusun pola perencanaan kesehatan yang baik terhadap munculnya salah satu atau lebih penyakit degeneratif pada lansia mulai dari awal munculnya gejala, cara penanganan cepat dan tanggap, pola mencari pertolongan dan pengobatan, hingga pada cara mempertahankan kondisi agar tidak bertambah parah.

### **3. Pendekatan Edukasi**

Pendekatan edukasi terintegrasi selama proses ceramah, diskusi dan tanya jawab berlangsung. Tujuan pendekatan ini adalah dalam rangka menumbuhkan kesadaran dan memotivasi para lansia untuk mau dan mampu memantau dan memecahkan masalah kesehatan yang terjadi pada dirinya secara mandiri dan konsisten.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di wilayah Kelurahan Sukarame Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur, melibatkan 20 orang peserta lansia yang beberapa di antaranya berasal dari posyandu lansia. Kegiatan diawali dengan persiapan pemasangan spanduk dan pengaturan tempat duduk untuk dilakukan penyuluhan dan konseling mengenai kesehatan lansia. Kegiatan penyuluhan dan diskusi mengenai penyakit stroke, hipertensi dan diabetes melitus berlangsung lancar dan peserta cukup antusias dalam bertanya berbagai hal mengenai penyakit-penyakit tersebut. Kegiatan konseling dilakukan oleh dua orang dokter yang berhadapan langsung dengan lansia, sehingga dapat dinilai sejauh apa pengetahuan yang dimiliki lansia mengenai penyakit degeneratif ini. Penyuluhan dilakukan selama kurang lebih satu jam dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab, sedangkan kegiatan konseling berlangsung selama dua jam. Kegiatan penyuluhan dan konseling ini berjalan lancar dan sesuai dengan rencana.

Pendidikan kesehatan di wilayah Kelurahan Sukarame sangatlah diperlukan, dari pertanyaan yang diajukan oleh peserta penyuluhan, hampir sebagian besar peserta tidak mengetahui hal-hal dasar yang berkaitan dengan penyakit stroke, hipertensi dan diabetes melitus. Pengetahuan yang sudah diketahui oleh beberapa peserta dikarenakan peserta sudah pernah berobat ke Dokter atau Puskesmas, bahkan beberapa peserta lansia ini ternyata pernah terdiagnosis penyakit degeneratif. Pengetahuan tentang penyakit stroke, hipertensi dan diabetes melitus ini sangat diperlukan, karena banyak dari peserta lansia yang menderita penyakit tersebut, dan belum menyadari betapa pentingnya untuk rajin berkonsultasi secara rutin agar tidak terjadi komplikasi lebih lanjut dari penyakit-penyakit ini.

Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai penyakit degenerative. Dari hasil pretest dan post test diperoleh peningkatan pengetahuan lansia sebesar 3,75. Sebelum penyuluhan diperoleh rerata skor pengetahuan sebesar 5,9 dan setelah penyuluhan diperoleh skor pengetahuan sebesar 9,1. Peningkatan ini cukup signifikan, karena pada umumnya lansia pernah mendengar dan mengetahui tentang penyakit namun belum terlalu memahami tentang penyakit degeneratif, sehingga setelah mendapatkan materi penyuluhan mereka menjadi lebih sadar tentang penyakit degeneratif tersebut.

Pemberian penyuluhan atau informasi mengenai kesehatan ditemukan mampu meningkatkan pengetahuan seseorang, beberapa hasil penelitian dan penyuluhan kesehatan menemukan hal tersebut (Armiyati, Soesanto, & Hartiti, 2014). Hasil penelitian di Manado ditemukan bahwa terdapat perubahan pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan terlihat dari hasil pretest 56,5 meningkat pada hasil posttest menjadi 70,0 (Nelwan, 2019).

Hasil penelitian lain dengan desain pre eksperimen juga menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan lansia secara signifikan tentang penatalaksanaan rematik melalui pendidikan kesehatan, dengan skor pengetahuan sebelum pendidikan 8,62 dan naik menjadi 13,79 setelah pendidikan ( $p$  value  $< 0,05$ ) (Majid & Susanti, 2018).

Dengan meningkatnya pengetahuan warga terutama lansia mengenai penyakit-penyakit degeneratif, diharapkan lansia dan keluarganya lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan, dan pentingnya mencegah agar tidak terjadi komplikasi lebih jauh akibat penyakit degeneratif yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan morbiditas hingga mortalitas. Sehingga kegiatan ini sangat bermanfaat baik bagi lansia yang masih sehat, maupun yang telah terkena salah satu penyakit degeneratif, dan bagi para keluarga lansia yang mendampingi. Kehidupan lansia tidak dapat lepas dari bantuan keluarga karena secara alami penurunan fungsi yang terjadi pada lansia membuat adanya ketergantungan seorang lansia dalam satu dan beberapa hal, termasuk aktivitas sehari-hari lansia.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan kegiatan peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit stroke, hipertensi, dan diabetes melitus sebagai upaya hidup sehat dan berkualitas, maka disimpulkan bahwa: (1) pengetahuan lansia di wilayah Desa Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo Lampung Timur mengenai penyakit stroke, hipertensi dan diabetes melitus berdasarkan kegiatan tanya jawab, masih sangat kurang, dan (2) peningkatan pengetahuan mengenai gangguan kesehatan ini sangat diperlukan agar lansia lebih dapat menjaga kesehatannya

## **Daftar Pustaka**

Andria, K. M. (2013). Hubungan antara perilaku olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di posyandu lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), 111-117.

Armiyati, Y., Soesanto, E., & Hartiti, T. (2014). *Pemberdayaan Kader Posbindu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kangkung Demak*. Paper presented at the Prosiding Seminar Nasional & Internasional.

Jamal, S., Hestining, P., & Raharni, R. (2000). Karakteristik Lansia yang Dirawat di Rumah Sakit Kelas A dan B. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 28(1).

Majid, Y. A., & Susanti, E. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media

Kalender terhadap Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Penatalaksanaan Rematik. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(1).

Mighra, B.A dan Djaali, W. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Penyakit Degeneratif di Wilayah Kampung Tengah Kramat Jati. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*: 49-54. <http://journal.thamrin.ac.id/index.php/JIPKMHThamrin/issue/view/11/>

Nelwan, J. E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Kota Manado. *Journal Public Health Without Border*, 1(2).

Nisak, R., Maimunah, S., & Admadi, T. (2018). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Melalui Deteksi Dini dan Pengendalian Penyakit Degeneratif pada Lansia di Dsn Karang Pucang, Ds. Ngancar, Kec. Pitu Wilayah Kerja Puskesmas Pitu Kabupaten Ngawi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(2), 59-63.

RI, K. K. (2013). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.