



DETEKSI DINI PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA LANSIA

Dwi Rahayu*, Hengky Irawan, Puguh Santoso, Erna Susilowati, Didik Susetiyanto Atmojo,
Heny Kristanto

Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri, Jl. Penanggungan No.41a, Bandar Lor, Kec. Kota Kediri,
Kota Kediri, Jawa Timur 64114, Indonesia

*ns.dwirahayu@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah salah satu yang merupakan penyebab kematian di dunia. Indonesia merupakan salah satu Negara yang menghadapi masalah baik penyakit menular ataupun Penyakit Tidak Menular (PTM). PTM ini biasanya muncul tanpa gejala serta tidak menunjukkan adanya tanda klinis tertentu, sehingga sebagian besar masyarakat tidak menyadari tentang adanya bahaya penyakit tidak menular tersebut. Jika masyarakat tahu akan deteksi dini penyakit tidak menular ini, maka upaya pencegahan terjadinya penyakit ini akan segera dilakukan. Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan tentang penyakit tidak menular serta melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin, pemeriksaan gula darah, asam urat serta kolesterol untuk melakukan deteksi dini adanya penyakit tidak menular. Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dan dilanjutkan dengan pemberian konsultasi bagi lansia yang membutuhkan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Posyandu Lansia "Dharma Husada Insan Mandiri" Kelurahan Balowerti Kota Kediri dengan jumlah lansia yang datang yaitu sebanyak 50 lansia. Pelaksanaan pengabdian masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan Lansia sehingga mereka memiliki motivasi untuk melakukan pencegahan penyakit tidak menular serta mengetahui hasil pengukuran tekanan darah, gula darah, asam urat dan pemeriksaan kolesterol yang bisa digunakan untuk mengurangi faktor resiko penyebab terjadinya penyakit tidak menular. Pada pemeriksaan kesehatan yang dilakukan didapatkan ada beberapa lansia yang mengalami peningkatan tekanan darah, ada yang mengalami kenaikan kadar gula darah, asam urat ataupun kolesterol.

Kata kunci: deteksi dini; lansia; penyakit tidak menular

EARLY DETECTION OF NON-COMMUNICABLE DISEASE TO ELDERLY

ABSTRACT

Non-Communicable Diseases (NCD) is one of the leading causes of death in the world. Indonesia is one of the countries facing the problem of both communicable and non-communicable diseases (PTM). PTM usually appears without symptoms and does not show any specific clinical signs, so most people are not aware of the dangers of these non-communicable diseases. If the public knows about the early detection of this non-communicable disease, then efforts to prevent the occurrence of this disease will immediately be carried out. The purpose of this community service is to provide knowledge about non-communicable diseases and carry out routine blood pressure checks, blood sugar checks, uric acid and cholesterol to carry out early detection of non-communicable diseases. This community service uses counseling methods and is continued by providing consultations for the elderly in need. This community service was carried out at the Elderly Posyandu "Dharma Husada Insan Mandiri" Balowerti Village, Kediri City with the number of elderly who came as

many as 50 elderly. The implementation of community service is able to increase the knowledge of the elderly so that they have the motivation to prevent non-communicable diseases and find out the results of measuring blood pressure, blood sugar, uric acid and cholesterol checks that can be used to reduce risk factors that cause non-communicable diseases. During the health examination, it was found that some of the elderly had increased blood pressure, some had increased blood sugar, uric acid or cholesterol levels.

Keywords: early detection; elderly; non-communicable diseases

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Mayoritas PTM terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Berdasarkan data WHO, PTM merupakan penyebab dari 68% kematian di dunia pada tahun 2012. Diprediksi, PTM akan terus meningkat. PTM merupakan tantangan dalam dunia kesehatan.(Adhania, Wiwaha, & Fianza, 2016). Secara global penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya yaitu penyakit kardiovaskular. Penyakit kardiovaskular adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti penyakit jantung koroner, penyakit gagal jantung atau payah jantung, hipertensi dan stroke (Kemenkes RI, 2016). Di Indonesia, prevalensi PTM mengalami kenaikan, antara lain kanker naik dari 1,4% menjadi 1,8%, stroke naik dari 7% menjadi 10,9%, penyakit ginjal kronis naik dari 2% menjadi 3,8%, berdasarkan pemeriksaan gula darah diabetes melitus naik dari 6,9% menjadi 8,5%, dan hasil pengukuran tekanan darah, hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1%.(Siswanto & Lestari, 2020).

WHO menyatakan bahwa pada tahun 2016, sekitar 71 persen penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidak menular (PTM) yang membunuh 36 juta jiwa per tahun. Sekitar 80 persen kematian tersebut terjadi di negara berpenghasilan menengah dan rendah. Sebanyak 73% kematian saat ini disebabkan oleh penyakit tidak menular, 35% diantaranya karena penyakit jantung dan pembuluh darah, 12% oleh penyakit kanker, 6% oleh penyakit pernapasan kronis, 6% karena diabetes, dan 15% disebabkan oleh PTM lainnya (WHO, 2018). Indonesia adalah salah satu negara berkembang yang sebagian besar penduduknya masih berstatus ekonomi menengah kebawah, dan sekarang tengah menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan Penyakit Tidak Menular. Perubahan pola penyakit tersebut sangat dipengaruhi antara lain oleh perubahan lingkungan, perilaku masyarakat, transisi demografi, teknologi, ekonomi dan sosial budaya. Peningkatan beban akibat PTM sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol (Kemenkes RI, 2019).

Meningkatnya PTM dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi bangsa. Hal ini berdampak pula pada besarnya beban pemerintah karena penanganan PTM membutuhkan biaya yang besar. Pada akhirnya, kesehatan akan sangat mempengaruhi pembangunan sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, Kementerian Kesehatan RI secara khusus mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui gerakan

masyarakat hidup sehat (GERMAS) guna mewujudkan Indonesia sehat (Kemenkes RI, 2016).

Faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya PTM meliputi faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan faktor risiko yang dapat dikendalikan. Faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan seperti keturunan, jenis kelamin, usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dikendalikan yaitu obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, minum kopi, pendidikan, pekerjaan dan pola makan (Kurniadi dan Nurrahmani, 2014). Populasi lansia di Indonesia diprediksi meningkat lebih tinggi daripada populasi lansia di dunia setelah tahun 2010. Hasil proyeksi penduduk 2010–2035, Indonesia akan memasuki periode lansia (ageing), dimana 10% penduduk akan berusia 60 tahun keatas. Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Selain itu, masalah degeneratif menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena penyakit menular. Hasil Riskesdas 2013, penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah penyakit tidak menular antara lain hipertensi, artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronis, dan diabetes mellitus (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan lansia adalah keterbatasan akses lansia terhadap pelayanan kesehatan. Selain itu, kurangnya informasi yang diperoleh lansia terkait pentingnya pemeriksaan kesehatan menjadi salah satu penyebab peningkatan masalah kesehatan pada lansia di masyarakat. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan pada lansia dan pemberian informasi terkait dengan pola makan yang baik dalam mengantisipasi dan menanggulangi permasalahan kesehatan. Informasi terkait pola makan harus diberikan karena terjadi penurunan fisiologi tubuh, terutama pada saluran cerna, maka pola makan lansia pun dapat terganggu dan menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan (Widiany, 2019). Berdasarkan hal tersebut, tim pelaksana pengabdian masyarakat kami tertarik untuk melakukan program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang Deteksi Dini penyakit Tidak Menular dan melakukan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol di Posyandu Lansia “Dharma Husada Insan Mandiri” Kelurahan Balowerti Kota Kediri.

METODE

Program pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Posyandu Lansia “Dharma Husada Insan Mandiri” Kelurahan Balowerti Kota Kediri. Kegiatan ini diikuti oleh 50 Lansia. Metode yang diberikan adalah memberikan edukasi tentang Penyakit Tidak Menular selain itu tim pengabdian masyarakat juga melakukan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, asam urat serta kolesterol. Pelaksanaan Edukasi dilakukan selama kurang lebih 2 x 50 menit. Edukasi dilakukan dalam 2 tahap, tahap yang pertama diberikan materi tentang Penyakit Tidak Menular, dan Tahap selanjutnya adalah sesi diskusi dilanjutkan dengan pelayanan konsultasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan lansia meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan pemeriksaan kolesterol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari Program pengabdian masyarakat ini antara lain, didapatkan 65% lansia mempunyai pengetahuan yang baik tentang Hipertensi dan upaya pencegahan yang harus dilakukan. Pada saat sesi diskusi didapatkan data melalui hasil observasi, dimana peserta penyuluhan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Peserta banyak mengajukan pertanyaan terkait masalah-masalah yang terjadi dalam Kesehatan Lansia, terutama tentang Hipertensi, upaya pencegahan dan penatalaksananya. Dan peserta juga antusias dalam mengikuti pelayanan konseling kesehatan serta pelaksanaan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.

Program Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia harus mendapatkan dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak. Kerjasama dan komunikasi yang baik antara Petugas Kesehatan, Lansia beserta Keluarga serta sikap terbuka ketika ada keluhan yang dirasakan oleh Lansia (Hariawan, Tidore, & Rahakbau, 2020). Pada program pengabdian masyarakat ini, salah satu kegiatan yang dilakukan adalah pemeriksaan Kesehatan yaitu pemeriksaan tekanan darah, gula darah dan kolesterol. Pada pemeriksaan yang dilakukan didapatkan ada beberapa lansia yang mengalami peningkatan tekanan darah, ada sebagian yang mengalami peningkatan kadar gula darah, asam urat dan peningkatan kadar kolesterol darah. Pada umumnya tanda proses menua mulai tampak sejak usia 45 tahun dan akan menimbulkan masalah pada usia sekitar 60 tahun. Penyakit asam urat merupakan salah satu penyakit degeneratif yang sering menyebabkan beberapa komplikasi seperti radang sendi yang bisa menyebabkan kecacatan pada sendi. Komplikasi lain dari asam urat ini adalah dapat menyebabkan gagal ginjal dan batu ginjal, sedangkan pada jantung bisa mengalami hal yang menyebabkan penyakit jantung koroner (Kalsum, Lesmana, & Pertiwi, 2019).

Lansia dengan kadar asam urat tinggi dapat menimbulkan masalah fisik sehari-hari, seperti gangguan aktivitas, gangguan pola tidur, gangguan rasa nyaman nyeri, dan sebagainya sehingga pemeliharaan kesehatan lansia dengan asam urat harus ditingkatkan agar tidak mengancam jiwa penderitanya dan menimbulkan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh penyakit asam urat. Sebaiknya lansia mencegah terjadinya penyakit asam urat dengan mengontrol makanan yang mengandung banyak purin serta melakukan perawatan asam urat bila sudah terkena asam urat. Sehingga diperlukan penyuluhan oleh petugas kesehatan tentang cara pencegahan dan perawatan asam urat (Widiyanti, 2019).

Faktor penyakit PTM merupakan kondisi yang secara potensial berbahaya dan dapat memicu terjadinya PTM pada seseorang atau kelompok tertentu. Faktor PTM yang tidak dapat dirubah antara lain umur, jenis kelamin dan penyakit keturunan. Selain itu ada faktor resiko yang dapat dirubah antara lain; faktor resiko perilaku antara lain: merokok, diet rendah serat, konsumsi garam berlebihan, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol dan stres; faktor resiko lingkungan : polusi udara, jalan raya, dan kendaraan yang tidak layak jalan, infrastruktur yang tidak mendukung untuk pengendalian PTM serta stress sosial; faktor risiko fisiologis, seperti: obesitas, gangguan metabolisme kolesterol dan tekanan darah tinggi. Jika faktor resiko PTM yang dapat diubah tidak dikendalikan, maka secara alami penyakit akan berjalan menjadi fase akhir PTM seperti penyakit jantung koroner,

stroke, diabetes Mellitus, PPOK, Kanker, Asma, Gangguan akibat kecelakaan dan kekerasan (Kemenkes RI, 2016).

SIMPULAN

Hasil penyuluhan yang dilakukan terhadap lansia mampu meningkatkan pengetahuan Lansia tentang Penyakit Tidak Menular selain itu pemeriksaan kesehatan yang dilakukan didapatkan ada sebagian lansia yang memiliki tekanan darah yang tinggi serta ada yang mengalami peningkatan kadar glukosa darah dan asam urat serta ada pada beberapa lansia memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memperoleh hasil sesuai target berdasarkan kehadiran peserta dan evaluasi program.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhania, C. C., Wiwaha, G., & Fianza, P. I. (2016). Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. *JSK*, 3(4), 204–211.
- Hariawan, H., Tidore, M., & Rahakbau, G. Z. (2020). Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Ambon. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(1), 15–21.
- Kalsum, U., Lesmana, O., & Pertiwi, D. R. (2019). Pola Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risikonya pada Suku Anak Dalam di Desa Nyogan Provinsi Jambi. *Jurnal MKMI*, 15(4), 338–348.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan Penyakit Tidak Menular. Jakarta.
- Kemenkes RI. 2016. Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) Wujudkan Indonesia Sehat. www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html
- Kemenkes RI. 2019. Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. www.p2pm.kemkenkes.go.id
- Kurniadi, H., & Nurrahmi, U. (2014). Stop! Diabetes. Hipertensi. Kolesterol Tinggi. Jantung Koroner. Istana Media: Yogyakarta.
- Siswanto, Y., & Lestari, I. P. (2020). Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko Perilaku pada Remaja. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 1–6.
- World Health Organization (WHO). Development of a strategy towards promoting optimal fetal growth. Available from :http://www.who.int/nutrition/topics/feto_maternal/en.html.
- Widiyany, F. L. (2019). Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Posyandu Lansia Dusun Demangan Gunungan, Pleret, Bantul. *Jurnal Pengabdian "Dharma Bakti,"* 2(2), 45–50.

