



PENINGKATAN KUALITAS KESEHATAN LANSIA DENGAN DETEKSI DINI PENYAKIT TIDAK MENULAR

Sumarti Endah Purnamaningsih Maria Margaretha*, Nur Cahya Rachmawati, Saumi Fijriyah, Lutfi Annarahayu

Poltekkes Karya Husada Yogyakarta, Jl. Tentara Rakyat Mataram No.11B, Bumijo, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55231, Indonesia

*sumartiendah@gmail.com

ABSTRAK

Pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada pendampingan dan pemeriksaan laboratorium sederhana melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan bagi lansia di Dusun Sawahan 5, Desa Jatiayu, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul. Skrining dilakukan pada 77 warga. Pemeriksaan laboratorium sederhana berupa pengukuran respirasi, nadi, tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol. Pemeriksaan kesehatan ini dilatar belakangi oleh rendahnya kesadaran masyarakat mengenai kualitas hidup lansia agar dapat meningkatkan kualitas hidup melalui deteksi dini penyakit tidak menular. Tujuan yang ingin dicapai pada PKM ini diantaranya: 1) membantu untuk meningkatkan pengetahuan mengenai deteksi dini penyakit tidak menular, 2) memberikan pemeriksaan TTV dan penanganan laboratorium sederhana, Metode yang digunakan untuk mencapai tujuan PKM ini adalah melalui ceramah dan pemeriksaan langsung. Materi-materi terkait pelatihan disampaikan melalui ceramah dan diskusi. Kemudian selanjutnya pelatihan langsung dilaksanakan dengan praktik secara langsung. Hasil dari skrining menunjukkan bahwa tingkat rata-rata gula darah, asam urat, tekanan darah dan kolesterol dalam kategori normal.

Kata kunci: asam urat; gula darah; kolesterol; lansia

IMPROVING THE HEALTH QUALITY OF THE ELDERLY WITH EARLY DETECTION OF NON-COMMUNICABLE DISEASES

ABSTRACT

This community service is focused on assistance and simple laboratory examinations through health examination activities for the elderly in Dusun Sawahan 5, Desa Jatiayu, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul. Screening was carried out on 77 residents. A simple laboratory examination consists of measuring respiration, pulse, blood pressure, blood sugar, uric acid and cholesterol. This health examination is motivated by low public awareness regarding the quality of life of the elderly so that they can improve the quality of life through early detection of non-communicable diseases. The objectives to be achieved in this PKM include: 1) helping to increase knowledge regarding early detection of non-communicable diseases, 2) providing TTV examinations and simple laboratory treatment. The method used to achieve the objectives of this PKM is through lectures and direct examination. Training-related materials are delivered through lectures and discussions. Then the training is carried out directly with direct practice. The results of the screening showed that the average levels of blood sugar, uric acid, blood pressure and cholesterol were in the normal category.

Keywords: blood glucose; blood pressure; cholesterol; elderly; uric acid

PENDAHULUAN

Manusia lanjut usia adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan, dan sosial. Perubahan ini akan memberikan pengaruh pada seluruh aspek kehidupan karena itu kesehatan manusia lanjut usia perlu mendapatkan perhatian khusus dengan tetap dipelihara dan ditingkatkan. 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. Upaya pengendalian PTM berbasis masyarakat yang baru dikembangkan oleh pemerintah sesuai dengan rekomendasi WHO agar memusatkan penanggulangan PTM melalui tiga komponen utama, yaitu surveilans faktor risiko, promosi kesehatan, dan pencegahan melalui inovasi dan reformasi manajemen pelayanan kesehatan (pos pembinaan terpadu penyakit tidak menular).

Salah satu strategi untuk mencegah faktor resiko secara dini adalah dengan pemberdayaan dan peningkatan peran masyarakat. Masyarakat diberi fasilitas dan bimbingan dalam mengembangkan wadah untuk berperan, dibekali pengetahuan dan keterampilan untuk mengenali masalah di wilayahnya, mengidentifikasi, merumuskan dan menyelesaikan permasalahannya sendiri berdasarkan prioritas dan potensi yang ada. Upaya pengendalian PTM dibangun berdasarkan komitmen bersama dari seluruh elemen masyarakat yang peduli terhadap ancaman PTM melalui posbindu PTM. Penyakit tidak menular (PTM) adalah salah satu penyebab kematian di dunia yang menewaskan 41 juta orang per tahun atau secara global sebanding dengan 71% dari total seluruh kematian. PTM yang menyumbang sebagian besar kematian adalah penyakit kardiovaskular dengan 17,9 juta orang setiap tahun, kemudian kanker (9,3 juta), penyakit pernapasan (4,1 juta), dan diabetes (1,5 juta) (WHO, 2020). Salah dua penyakit tidak menular yaitu diabetes mellitus dan hipertensi yang termasuk salah satu penyakit kardiovaskular. Secara global prevalensi kasus hipertensi pada tahun 2019 sebesar 34% pada laki-laki dan 32% pada Wanita (NCD Risk Factor Collaboration, 2021). Sedangkan prevalensi kasus diabetes mellitus pada tahun 2019 secara global diperkirakan sebesar 9,3% dan akan terus bertambah (Saeedi et al., 2019). 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.

METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilakukan di Dusun Sawahan 5, Desa Jatiayu, Kecamatan Karangmojo, Kabupaten Gunungkidul. Daerah Istimewa Yogyakarta. Sasaran dari program pengabdian masyarakat ini adalah warga yang berusia >18 tahun. Program ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 20 Juli 2024. Program pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh 77 warga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi diskusi dan praktik langsung pemeriksaan kesehatan. Tahapan dalam kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Pertama

Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. dimulai dengan melakukan koordinasi dengan pihak Kepala Desa serta Ketua RT mengenai waktu, tempat, dan susunan acara kegiatan. Selanjutnya, mendistribusikan kegiatan kepada warga desa dan

melakukan pendataan warga yang berpartisipasi sebagai gambaran tata letak, persiapan alat-alat pemeriksaan, serta alur sirkulasi pemeriksaan.

2. Tahap Kedua

Tahap kedua merupakan diskusi dan pemeriksaan laboratorium sederhana. Diskusi dilakukan bersamaan dengan pemeriksaan kesehatan. Warga yang menghadiri dapat bertanya mengenai keluhan, solusi, permasalahan kesehatan yang sedang dihadapi. Sebagai bentuk timbal balik atau feedback, tenaga kesehatan akan menanyakan tentang riwayat penyakit, obat yang dikonsumsi oleh warga dan penanggulangan jika hasil pemeriksaan dinyatakan tidak normal. pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran berat badan, pengukuran tekanan darah, pengukuran nadi, pengukuran respirasi, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan asam urat, dan pemeriksaan kolesterol. Pengukuran kolesterol dilakukan hanya kepada warga desa yang teridentifikasi memerlukan pemeriksaan kolesterol. Hasil keseluruhan pemeriksaan direkap untuk pemantauan berkelanjutan dan pengambilan keputusan program desa.

3. Tahap Ketiga

Jumlah peserta atau masyarakat yang ikut serta yaitu 77 orang. Hal ini menunjukkan tingkat partisipasi dan antusias yang tinggi dari masyarakat. Selain itu, masyarakat merasa puas dan sangat terbantu dengan adanya kegiatan ini untuk melanjutkan kelangsungan hidup. Kegiatan ini juga menjadi bahan evaluasi untuk program desa untuk mencapai masyarakat yang sejahtera dan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM yang dilaksanakan dengan cara tatap muka dan praktik langsung menggunakan alat Kesehatan dan laboratorium sederhana berjalan dengan lancar meski ditemukan beberapa kendala. Adapun detail kegiatan adalah sebagai berikut :

1. Memberikan Edukasi Kesehatan

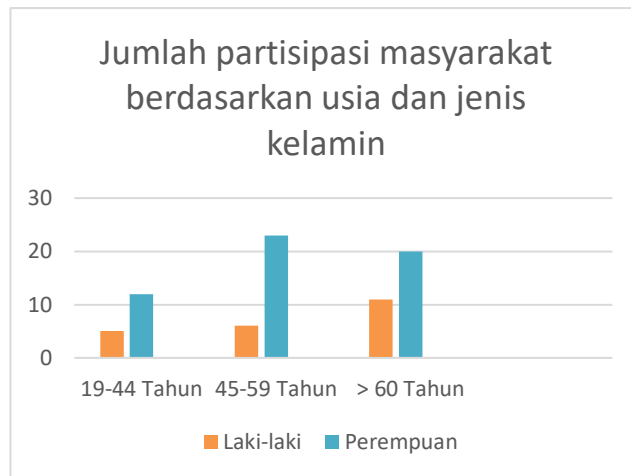
Edukasi di berikan ketika akan melakukan pemeriksaan mengenai Peningkatan Kualitas Kesehatan Lansia Dengan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. Para peserta di sediakan leaflet sebagai Gambaran mengenai materi yang di berikan.

2. Melakukan pemeriksaan TTV

Peserta dilakukan pemeriksaan Tanda-Tanda Vital berupa pemeriksaan tekanan darah, penimbangan Berat Badan, Nadi dan Respirasi yang dilakukan oleh petugas yang ditunjuk yang di bantu oleh ibu kager setempat.

3. Melakukan Pemeriksaan Laboratorium

Peserta dilakukan pemeriksaan laboratorium sederhana berupa Cek Gula Draah, Cek Asam Urat dan Cek Kolesterol yang dilakukan oleh petugas terlatih yang di tunjuk.



Setelah pemeriksaan selesai maka peserta di beritahukan hasil pemeriksaan. Dimana jumlah dari peserta yang hadir adalah berjumlah 77 peserta yang melakukan pemeriksaan. Berdasarkan diagram di atas, partisipasi paling tinggi yaitu pada kelompok umur lebih dari 60 tahun yaitu sebanyak 31 orang, dengan pembagian 11 orang laki-laki dan 20 orang perempuan.

Hasil pemeriksaan Tekanan darah

Tekanan darah adalah jumlah tekanan yang digunakan dalam aliran darah saat melewati arteri. Tekanan darah merupakan faktor penting pada sistem sirkulasi karena akan mempengaruhi homeostasis tubuh. Pemeriksaan tekanan darah merupakan hasil dari curah jantung dan tahanan perifer menggunakan sphygmomanometer. Kegiatan pemeriksaan ini menggunakan ukuran tekanan darah sistolik. Tekanan sistolik merupakan tekanan pada saat terjadi ventrikel berkontraksi. Batas Normal dari pemeriksaan ini adalah 80-120 mmHg (WHO, 2023).

Tabel 1.

Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah (TD) berdasarkan berdasarkan kategori hasil

Kategori TD	Nilai	%
Tinggi	32	41,6
Normal	45	58,4
Rendah	0	0

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 32 orang peserta yang melakukan pemeriksaan memiliki tekanan darah yang tinggi sebanyak 41,56 % dari jumlah total peserta. Dan peserta yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 45 peserta atau 58,44 % dari jumlah keseluruhan peserta yang hadir.

Hasil pemeriksaan Gula darah

Gula darah atau glukosa darah merupakan seberapa banyak jumlah glukosa yang terdapat dalam darah. Walaupun glukosa merupakan sumber utama energi bagi sel tubuh, pengelolaan gula tetap menjadi penting untuk menghindari hiperglikemia yaitu kondisi kadar gula darah terlalu tinggi dan hipoglikemia yaitu kondisi kadar gula darah terlalu rendah.

Tabel 2.
Hasil Gula Darah berdasarkan kategori hasil

Kategori TD	Nilai	%
Tinggi	21	27,3
Normal	52	67,5
Rendah	4	5,2

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 21 orang peserta yang melakukan pemeriksaan memiliki angka gula darah yang tinggi sebanyak 27,3 % dari jumlah total peserta. Peserta yang memiliki gula darah normal sebanyak 52 peserta atau 67,5 % dari jumlah keseluruhan peserta yang hadir. Dan sejumlah 4 peserta termasuk dalam kategori memiliki gula darah rendah atau sebesar 5,2 %.

Hasil pemeriksaan kolesterol

Kolesterol adalah senyawa lemak yang ada di setiap sel tubuh manusia untuk membangun membran sel, menjaga produksi hormon, dan mendukung proses pencernaan.

Tabel 3.
Hasil Kolesterol berdasarkan kategori hasil

Kategori TD	Nilai	%
Tinggi	21	27,3
Normal	52	67,5
Rendah	4	5,2

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 10 orang peserta yang melakukan pemeriksaan memiliki angka kolesterol yang tinggi sebanyak 12,99 % dari jumlah total peserta. Peserta yang memiliki kolesterol normal sebanyak 5 peserta atau 6,49 % dari jumlah keseluruhan peserta yang hadir. Dan sejumlah 62 peserta tidak melakukan pemeriksaan kolesterol.

Hasil pemeriksaan Asam Urat

Asam urat disebabkan oleh kelebihan asam urat (hiperurisemia) dalam darah dan terkadang menumpuk dan mengkristal di persendian yang menyebabkan rasa sakit dan nyeri. Dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, batas normal asam urat adalah kurang dari 7 mg/dL.

Tabel 4.
Hasil Asam Urat berdasarkan kategori hasil

Kategori TD	Nilai	%
Tinggi	23	29,8
Normal	54	70,2
Rendah	0	0

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 23 orang peserta yang melakukan pemeriksaan memiliki angka asam urat yang tinggi sebanyak 29,8 % dari jumlah total peserta. Peserta yang memiliki asam urat normal sebanyak 54 peserta atau 70,2 % dari jumlah keseluruhan peserta yang hadir.

SIMPULAN

Secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan lancar, meski terjadi beberapa kendala. Beberapa tujuan dari kegiatan ini tercapai walaupun kondisi yang ditemukan di lapangan, ada beberapa kendala akan tetapi pergantian peserta kegiatan dan acara-acara yang diprogramkan tidak

menemukan kendala, sehingga luaran yang diharapkan dapat tercapai. Selain pengetahuan mengenai Peningkatan Kualitas Kesehatan Lansia Dengan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular.

DAFTAR PUSTAKA

- Gayatri, R. W., Wardani, H. E., & Tama, T. D. (2022). Implementasi metode demonstrasi deteksi dini penyakit tidak menular pada pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia. *Promotif: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 12-20.
- Indriyawati, N., Widodo, W., Widyawati, M. N., Priyatno, D., & Jannah, M. (2018). Skrining dan pendampingan pencegahan penyakit tidak menular di masyarakat. *Link*, 14(1), 50-54.
- Jepisa, T., & Wati, L. (2023). Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Skrining Ptm Pada Lansia Yang Tinggal Di PSTW. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 2(5), 39-46.
- Kristianingrum, N. D., Hayati, Y. S., Kartika, A. W., & Merdikawati, A. (2024). Penguatan Kapasitas Posyandu Lansia Melalui Strategi Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat Dalam Upaya Pengendalian Penyakit Tidak Menular. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(4), 3764-3775.
- Makiyah, S. N. N., & Kesetyaningsih, T. W. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Tidak Menular Pada Lansia. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(3), 2706-2714.
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Masyarakat Lansia Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3447-3454
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. S., & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1), 91-96.