



Penyuluhan Tentang Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Secara Berkala Pada Lansia Di Puskesmas Binjai Estate Jl. Samanhudi

Saddiyah Rangkuti¹, Devi Sagita Saragi², Niasty Lasmi Zaen³
^{1),2),3)} Program Studi Kebidanan Universitas Haji Sumatera Utara, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p><i>Article history</i></p> <p>Received Sep 10, 2022 Revised Sep 27 2022 Accepted Oct 2, 2022</p>	<p>Program pengabdian masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Binjai Estate yang beralamat di Jalan Samanhudi Kota Binjai. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang Pendidikan tentang Pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala pada lansia. Target khusus dari kegiatan ini adalah agar para lansia secara rutin memeriksakan kesehatannya. Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat sampai saat laporan akhir ini dibuat adalah para lansia sangat antusias terhadap adanya program pelaksanaan pengabdian masyarakat karena bisa mendapat tambahan informasi dan pengetahuan tentang berbagai hal yang menyangkut kesehatan lansia, serta dapat berdiskusi dengan tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat sehingga dapat mengingatkan kembali pengobatan maupun tindakan medis apa yang sudah didapat sebelumnya.</p>
<p><i>Kata Kunci:</i></p> <p>Penyuluhan; Pentingnya Kesehatan; Lansia;</p>	<p>Abstract</p> <p>The community service program is carried out at the Binjai Estate Health Center which is located at Jalan Samanhudi, Binjai City. The purpose of implementing this community service activity is to increase the knowledge of the elderly about education about the importance of regular health checks for the elderly. The specific target of this activity is for the elderly to regularly check their health. The conclusion from the implementation of community service until the time this final report is made is that the elderly are very enthusiastic about the community service implementation program because they can get additional information and knowledge about various matters related to elderly health, and can discuss with the team implementing community service activities so that they can be reminded again what treatment or medical action has been obtained before.</p>

Corresponding Author:

Saddiyah Rangkuti,
Program Studi Kebidanan
Universitas Haji Sumatera Utara
Jl Rumah Sakit Haji, Kecamatan Percut Sei Tuan
saddiyahrangkuti76@gmail.com

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaan. Usia lanjut sebagai tahap akhir siklus kehidupan merupakan tahap perkembangan

normal yang akan dialami oleh setiap individu yang mencapai usia lanjut. Hal tersebut merupakan suatu kenyataan yang tidak dapat dihindari oleh setiap manusia (Notoatmodjo, 2014).

Proporsi penduduk di atas 60 tahun di dunia diperkirakan akan terus meningkat. Perkiraan peningkatan dari tahun 2000 sampai 2050 akan berlipat ganda dari sekitar 11% menjadi 22%, atau secara absolut meningkat dari 605 juta menjadi 2 milyar lansia (WHO, 2014). Dari tahun 2010-2014 pertumbuhan penduduk Indonesia setiap tahun terus meningkat, dari 3,54 juta per tahun menjadi 3,70 juta per tahun. Saat ini Jumlah penduduk usia lanjut Berkisar antara 27 juta (angka nasional), dan diprediksi pada tahun 2020 akan menjadi sekitar 38 juta atau 11,8% dari seluruh jumlah penduduk usia lanjut yang ada pada saat ini di kota Surakarta sebesar 11,3% (DKK Surakarta, 2016).

Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Hasil Riskesdas 2013, penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) antara lain hipertensi, artritis, stroke, Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan Diabetes Mellitus (DM). Untuk mewujudkan lansia sehat, mandiri, berkualitas dan produktif harus dilakukan pembinaan kesehatan sedini mungkin selama siklus kehidupan manusia sampai memasuki fase lanjut usia dengan memperhatikan faktor-faktor resiko yang harus dihindari dan faktor-faktor protektif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan (DKK Surakarta, 2015).

Lansia sering menghadapi berbagai penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan mengetahui penyakit yang sering terjadi pada lansia, kamu dapat mulai merencanakan dan penyesuaian gaya hidup. Tentu saja dengan harapan tubuh tetap sehat meski usia kian menua.

Memiliki tubuh yang sehat merupakan dambaan semua orang dari segala usia. Terlebih lagi bagi lansia yang punya risiko lebih tinggi dengan berbagai penyakit. Agar lansia terhindar dari penyakit kronis dan tetap sehat, lansia perlu menerapkan pola hidup sehat. Gaya hidup sehat antara orang berusia lanjut dengan kelompok usia lainnya tidak berbeda jauh. Akan tetapi, ada beberapa hal yang perlu perhatian mengingat kondisi fisik lansia yang tidak sekuat dan sesehat saat masih muda.

Ermasalahan Mitra, Masih banyaknya lansia yang tidak rutin memeriksakan kesehatannya ke Puskesmas Binjai Estate, Pelayanan kesehatan belum merata dinikmati oleh seluruh masyarakat khususnya para lansia didaerah puskesmas binjai estate, Jl. Samanhudi Sumatera Utara. Di mana pengetahuan masyarakat yang kurang peduli tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala sehingga menyebabkan kurang kesadaran, kemauan dan kemampuan dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala bagi setiap orang dimasyarakat tersebut.

METODE

Metode Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para lansia terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang sudah disediakan oleh tim. Kegiatan diawali dengan perkenalan dan menyampaikan tujuan dari pengabdian masyarakat ini. Menanyakan pengetahuan para lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan. Agar materi lebih mudah dipahami maka diberikan leaflet sebagai media tambahan. Bagian akhir kegiatan ini yaitu tanya jawab dengan para peserta penyuluhan.

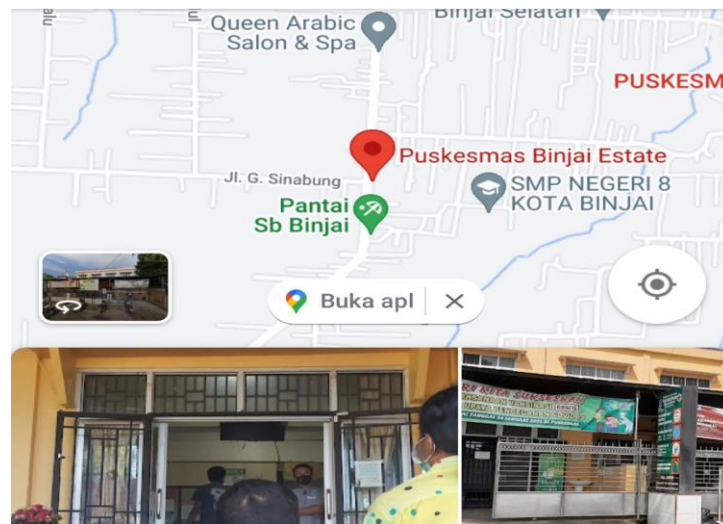
Partisipasi Mitra

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini lansia terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat yang diajukan oleh tim fasilitator yang berupa jenis kelamin dan usia yang berjumlah 12 orang.

Waktu dan Tempat

Waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Senin, 07 November 2022 pukul 09.00 wib sampai dengan selesai bertempat di rumah kader lansia wilayah kerja puskesmas binjai estate Jl. Samanhuhi.

Lokasi Pelaksanaan



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Binjai Estate Kota Binjai Prov. Sumatera Utara melibatkan 12 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 dosen dan mahasiswa kebidanan serta petugas dari puskesmas 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 kerja Puskesmas Binjai Estate 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 degeneratif. Dari hasil pretest dan post test diperoleh peningkatan pengetahuan lansia sebesar 5,75. Sebelum penyuluhan diperoleh rerata skor pengetahuan sebesar 4,9 dan setelah penyuluhan diperoleh skor pengetahuan sebesar 8,1. 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).

KESIMPULAN

Dengan meningkatnya pengetahuan lansia mengenai penyakit-penyakit degeneratif setelah dilakukannya penyuluhan dari tim pelaksana pengabdian masyarakat maka diharapkan lansia 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.

REFERENSI

- Stanley, M dan Beare, P.G. 2018. Buku Ajar Keperawatan Gerontik, Ed. 2. Terj. N. Juniarti dan S. Kurnianingsih. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Sudrajat, W. A dan Soetardji. 2019. Efek Pemberian Latihan Keseimbangan Dalam Mempertahankan Kemampuan Keseimbangan Manula Panti Wredha Rindang Asih 1 Ungaran. *Journal of Sport Science and Fitness*, 3(1). Diakses 14 April 2016 dari <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>.
- Supriyono, E. 2015. Aktivitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi Risiko Jatuh pada Lansia. *Jurnal Olahraga Prestasi* Vol. 11(2).
- Tseng, S.C., Stanhope, S.J., dan Morton, S.M. 2019. Impaired Reactive Stepping Adjustments in Older Adults. *Journal of Gerontology: Medical Science*.
- Utomo, B dan Tarakini, N. 2018. Uji Validitas Kriteria Time Up and Go Test (TUG) Sebagai Alat Ukur Keseimbangan pada Lansia. *Jurnal Fisioterapi*, Vol. 9(2):86-93.