

## Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui *Screening* Penyakit Tidak Menular Di Desa Dladaan Banguntapan Bantul

Wiwin Winarsih<sup>1</sup>, Setyo Retno Wulandari<sup>2</sup>, Istichomah<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Midwifery Lecturer, STIKES Yogyakarta

<sup>3</sup>Nurse Lecturer, STIKES Yogyakarta

### ARTICLE INFORMATION

Received: November, 18, 2023

Revised: Desember, 24, 2023

Available online: Januari, 27, 2023

### KEYWORDS

Screening, penyakit tidak menular, lansia

### CORRESPONDENCE

E-mail: [wiwinwinarsih2012@gmail.com](mailto:wiwinwinarsih2012@gmail.com)

### A B S T R A C T

Kesejahteraan lansia dapat dicerminkan melalui kondisi kesehatannya. Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pola hidup modern telah mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk pola makan, merokok, konsumsi alkohol serta obat-obatan sebagai gaya hidup sehingga penderita penyakit degeneratif (penyakit karena penurunan fungsi organ tubuh) semakin meningkat dan mengancam kehidupan (Kemenkes, 2019). Laporan dari WHO menunjukkan bahwa PTM sejauh ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta setiap tahun. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berupa *screening* penyakit tidak menular pada lansia. Metode yang digunakan adalah pengukuran dan pemeriksaan serta pemberian edukasi. Metode kegiatan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, timbang berat badan, ukur tinggi badan, dan ukur lingkar perut serta dilakukan edukasi tentang pola hidup sehat pada lansia di Desa Dladaan Banguntapan Bantul. Pengabdian masyarakat ini dengan lancar dan dapat memberikan manfaat untuk masyarakat.

### INTRODUCTION

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Kelompok lansia merupakan kelompok umur yang rentan. Dalam rentang usia tersebut, berbagai resiko munculnya penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes mellitus, osteoporosis, penyakit sendi semakin meningkat. Umumnya, peningkatan beberapa kejadian penyakit ini cenderung meningkat seiring bertambahnya usia sehingga lebih banyak dialami oleh lansia. Proses pertambahan usia sangat berkaitan dengan penurunan fungsi organ tubuh akibat berkurangnya kemampuan sel beregenerasi dan mempertahankan strukturnya (Kholifah, 2016) dan (Nisak, dkk., 2021). Hal ini akan menurunkan kualitas hidup lansia sehingga perlu adanya fasilitas pemantauan kesehatan lansia yang dapat meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatan lansia.

Pada tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari sepuluh persen. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (15,52 persen), Jawa Timur (14,53 persen), Jawa Tengah (14,17 persen), Sulawesi Utara (12,74 persen), Bali (12,71 persen), Sulawesi Selatan (11,24 persen), Lampung (10,22 persen), dan Jawa Barat (10,18 persen) (BPS, 2021).

Kesejahteraan lansia dapat dicerminkan melalui kondisi kesehatannya. Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pada tahun 2021, sebanyak 42,22 persen lansia pernah mengalami keluhan

kesehatan dalam sebulan terakhir, separuh di antaranya (22,48 persen) terganggu aktivitasnya sehari-hari atau sakit (BPS, 2021).

Laporan dari WHO menunjukkan bahwa PTM sejauh ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta setiap tahun. Kematian akibat penyakit kardiovaskular paling banyak disebabkan oleh PTM yaitu sebanyak 17,3 juta orang per tahun, diikuti oleh kanker (7,6 juta), penyakit pernafasan (4,2 juta), dan DM (1,3 juta). Keempat kelompok jenis penyakit ini menyebabkan sekitar 80% dari semua kematian PTM. Penyakit tidak menular diketahui sebagai penyakit yang tidak dapat disebarkan dari seseorang terhadap orang lain. Terdapat empat tipe utama penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernafasan kronis, dan diabetes. Pola hidup modern telah mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk pola makan, merokok, konsumsi alkohol serta obat-obatan sebagai gaya hidup sehingga penderita penyakit degeneratif (penyakit karena penurunan fungsi organ tubuh) semakin meningkat dan mengancam kehidupan (Kemenkes, 2019).

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.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan lansia adalah keterbatasan akses lansia terhadap pelayanan kesehatan. Selain itu juga kurangnya informasi yang di peroleh lansia terkait pentingnya pemeriksaan kesehatan menjadi salah satu penyebab peningkatan masalah kesehatan pada lansia di masyarakat. Oleh karena itu, perlu di lakukannya kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan pada lansia. Berdasarkan hal tersebut kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat di Desa Dladaan Kecamatan Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

**METODE**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berupa *screening* penyakit tidak menular pada lansia. Metode yang dipakai adalah pengukuran dan pemeriksaan serta edukasi. Pelaksanaan Pemeriksaan Penyakit Tidak Menular ini dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 9 Oktober 2022. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Dladaan Banguntapan Bantul.

Metode kegiatan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, timbang berat badan, ukur tinggi badan, dan ukur lingkaran perut serta dilakukan edukasi tentang pola hidup sehat. Selain itu juga lansia diminta untuk mengisi formulir terkait kelengkapan data *screening* seperti pola makan, aktivitas merokok, juga alkohol. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan oleh tim pengabdian yang berjumlah 3 orang dosen dibantu dengan kader Posyandu Lestari.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap sebagai berikut :

1. Mengurus perjinan pada Kepala Dusun Dladaan
2. Bekerja sama dengan kader kesehatan di Desa Dladaan
3. Membuat pengumuman untuk warga lansia di Desa Dladaan
4. Melakukan persiapan konsumsi, tempat dan alat-alat yang digunakan
5. Melakukan praktik pemeriksaan dan konsultasi/edukasi kesehatan seputar Penyakit Tidak Menular

No	Nama Kegiatan	Minggu							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Menyusun Proposal	■							
2	Menyiapkan perlengkapan dan alat yang digunakan		■						
3	Mengurus perizinan dan berkas yang dibutuhkan			■					
4	Menyiapkan media <i>screening</i>				■				
5	Menyiapkan Konsumsi					■			
6	Pelaksanaan						■		
7	Membuat laporan PKM							■	

**RESULTS**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 13 Oktober 2022 di Desa Dladaan Banguntapan Bantul. Kegiatan ini dimulai pukul 07.00-11.00 WIB. Tujuan utama pelaksanaan kegiatan ini sebagai alat deteksi awal terhadap adanya masalah kesehatan pada lansia terutama adanya penyakit tidak menular sehingga dapat dilakukan tindak lanjut segera. Tindak lanjut yang dimaksud adalah jika ditemukan masalah kesehatan, maka pasien diberikan edukasi untuk segera

memperiksakan ke fasilitas kesehatan seperti puskesmas atau rumah sakit. Tetapi jika ditemukan hasil *screening* baik atau tidak ada masalah kesehatan, maka dilakukan edukasi terkait pola hidup sehat. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia terkait cara menjala kesehatan baik dalam aktivitas sehari-hari, personal hygiene, pemenuhan kebutuhan nutrisi, dan lain sebagainya.

Seluruh tim berperan aktif dalam pelaksanaan pengabdian ini dibantu oleh ibu-ibu kader dari Posyandu Lestari. Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh 32 lansia di lingkungan Desa Dladaan Banguntapan Bantul. Rangkaian pelaksanaan pengabdian ini adalah sebagai berikut :

1. Melakukan pendaftaran peserta
2. Mengisi formulir *screening*
3. Melakukan timbang berat badan ukur tinggi badan dan lingkaran perut
4. Melakukan pemeriksaan tekanan darah
5. Melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah
6. Melakukan edukasi kesehatan tentang pola hidup sehat

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan setelah adanya senam sehat yang dilaksanakan secara rutin di hari Minggu. *Screening* dapat berjalan lancar karena persiapan dilaksanakan dengan baik, dan adanya kerjasama tim yang maksimal, terlebih adanya bantuan dari kader Posyandu Lestari.

Hasil dari *screening* yang dilakukan, dari 32 peserta yang mengikuti pemeriksaan, didapatkan 13 dalam keadaan sehat, 9 memiliki tekanan darah tinggi, dan 6 memiliki kadar glukosa darah diatas normal, serta ada 4 orang lansia yang memiliki permasalahan keduanya (*hipertensi* dan *diabetes mellitus*).

Tindak lanjut setelah didapatkan hasil *screening* adalah jika didapatkan hasil normal, maka lansia akan diberikan edukasi terkait pola hidup sehat, pemenuhan gizi yang baik, pola aktivitas dll. Tetapi jika didapatkan permasalahan seperti tekanan darah tinggi, kadar glukosa darah diatas normal atau masalah lain, maka tim pengabdian memberikan edukasi terkait pola makan, pola istirahat dan aktivitas serta dianjurkan untuk memeriksakan kondisinya ke fasilitas kesehatan seperti puskesmas.



## DISCUSSION

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya promotif dan preventif dalam mendeteksi dini adanya permasalahan kesehatan lansia terutama adanya masalah penyakit tidak menular.

*Screening* Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan wujud peran serta masyarakat dalam kegiatan deteksi dini, monitoring dan tindak lanjut dini faktor risiko penyakit tidak menular secara mandiri dan berkesinambungan. Kegiatan ini dikembangkan sebagai bentuk kewaspadaan dini terhadap penyakit tidak menular mengingat hampir semua faktor risiko penyakit tidak menular tidak memberikan gejala pada yang mengalaminya. Faktor risiko penyakit tidak menular meliputi merokok, konsumsi minuman beralkohol, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, stress, hipertensi, hiperglikemi, hiperkolesterol, serta menindaklanjuti secara dini faktor risiko yang ditemukan melalui konseling kesehatan dan segera merujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan dasar (Azwar, 2010).

*Screening* Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu upaya kesehatan masyarakat (UKM) yang berorientasi kepada upaya promotif dan preventif dalam pengendalian penyakit tidak menular dengan melibatkan masyarakat mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan monitoring-evaluasi. Masyarakat diperankan sebagai sasaran kegiatan, target perubahan, agen pengubah sekaligus sebagai sumber daya. (Kemenkes, 2012).

Salah satu program nasional dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat adalah pencanangan program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat). GERMAS merupakan suatu tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. GERMAS secara nasional dimulai dengan berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: 1) Melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari; 2) Mengonsumsi buah dan sayur; dan 3) Memeriksa kesehatan secara rutin.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu upaya dalam melaksanakan program GERMAS untuk meningkatkan kualitas hidup terutama pada lansia.

## CONCLUSIONS

Pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar dan dapat memberikan manfaat untuk masyarakat Dladan Banguntapan Bantul.

## REFERENCES

- Siti Nur Kholifah. 2016. Keperawatan Gerontik, Pertama. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan
- R. Nisak, E. Prawoto, and T. Admadi, 2021. Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lansia, APMA Jurnal Pengabdian Masyarakat, vol. 1, no. 2, pp. 33–38, Dec. 2021, doi: 10.47575/apma.v1i2.253.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Endarti, a. T. & Handito, A., 2016. The Relationship Non-Communicable Disease History and Health-Related Quality of Life. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 12, 1.

Purwaningsih, N.S. dan Suhartini, S.M. 2020. Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular (PTM) di Posbindu Pelangi RW 5-Srengseng Sawah Jagakarsa-Jakarta Selatan. Prosiding Senantias, 1(1):1019-1024

Ketkar, A. R., Veluswarmi, S. K., Nivedita, P. & Maiya, A. G., 2021. Screening For Non-Comunicable Disease Risk Factors at Workplace in India. Hongkong Physiotherapy Journal, 33: 3-9.

Wirasakti, G., Wulandari, Y.W. 2019. Pengaruh Metode Pembelajaran Multimedia Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) pada High-Quality CPR. Jurnal Kesehatan dr. Soebandi, 8(2): 142-147.

AHA. 2015. Adult Basic Life Support and Cardiopulmonary Resuscitation Quality : Guidline Update for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. New York: American hearth Assosiation.

Ansar, J., Dwinata, I., M.A. 2019. Determinan Kejadian Hipertensi pada Pengunjung POSBINDU di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makasar. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK), 1(3): 28-35