

## UPAYA PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI DETEKSI DINI DAN PENGENDALIAN PENYAKIT DEGENERATIF PADA LANSIA KELURAHAN SERENGAN

### COMMUNITY EMPOWERMENT EFFORTS THROUGH EARLY DETECTION AND CONTROL OF DEGENERATIF DISEASES IN THE ELDERLY SERENGAN SURAKARTA VILLAGE

Muzaroah Ermawati Ulkhasanah<sup>1\*</sup>, Wiwi Kustio Priliana<sup>2</sup>, Dwi Iestari Mukti Palupi<sup>3</sup>, Fakhruddin Nasrul Sani<sup>4</sup>, Agung Widyastuti<sup>5</sup>, Annisa Yuli Kartikasari<sup>6</sup>

1 Universitas Duta Bangsa Surakarta

2 STIKes Notokusumo Yogyakarta

\* Email korespondensi: [muzaroah\\_ermawati@udb.ac.id](mailto:muzaroah_ermawati@udb.ac.id)

#### Abstrak

Meningkatnya penyakit degeneratif secara signifikan menambah beban masyarakat dan pemerintah, komplikasi yang terjadi seperti kelumpuhan sehingga menyebabkan tidak produktif dan ketergantungan secara penuh juga penanganannya membutuhkan waktu yang lama dan biaya yang besar. Penyakit degeneratif dapat dicegah dengan mengendalikan faktor resiko melalui deteksi dini dalam menurunkan angka kejadian penyakit degeneratif dimasyarakat, maka perlu upaya pemahaman yang sama terhadap peran dan dukungan manajemen penyakit degeneratif. Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat guna melakukan deteksi dini dan tindak lanjut dalam upaya mengurangi faktor resiko meningkatnya penderita penyakit degeneratif. Metode program pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan meliputi pemeriksaan Tekanan Darah, pengukuran Gula Darah, Kolesterol, Asam Urat dan edukasi perilaku gaya hidup sehat melalui kegiatan posyandu lansia sebanyak 47 orang mengikuti kegiatan yang dilaksanakan di posyandu Keluarga Cemara Serengan pada 29 Oktober 2022 hingga 25 Januari 2023. Hasil yang diperoleh lansia yang mengalami Tekanan Darah Tinggi 85%, lansia dengan hasil pemeriksaan Gula Darah diatas normal 79%, lansia dengan Asam Urat 53%, dan lansia dengan kolesterol tinggi 64%.

Kata kunci : deteksi dini, edukasi, degeneratif

#### Abstract

*The increase in degenerative diseases significantly adds to the burden on society and the government, complications that occur such as paralysis that causes unproductive and full dependence also treatment takes a long time and costs a lot. Degenerative diseases can be prevented by controlling risk factors through early detection in reducing the incidence of degenerative diseases in the community, so it is necessary to have the same understanding of the role and support for the management of degenerative diseases. The purpose of implementing community service activities is to carry out early detection and early follow-up of risk factors for increasing sufferers of degenerative diseases. The program method of implementing community service includes checking blood pressure, measuring blood sugar, cholesterol, gout and education on healthy lifestyle behaviors through elderly posyandu activities held at the Serengan Cypress Family Posyandu from 29 October 2022 to 25 January 2023*

Keywords : early detection, education, degenerative

#### Pendahuluan

Penyakit tidak menular menjadi masalah Kesehatan masyarakat secara global, regional, nasional dan lokal. World Health Organization (WHO) tahun 2020 melaporkan

bahwa 60% penyebab kematian semua umur didunia karena Penyakit tidak menular. Di negara-negara dengan tingkat ekonomi rendah dan menengah termasuk Indonesia, dari seluruh kematian yang terjadi pada orang dengan usia kurang dari 60 tahun, 29%

disebabkan karena Penyakit tidak menular, sedangkan dinegara maju, menyebabkan 13% kematian(Marbun, Setiyoargo, and Dea 2021).

Di Indonesia transisi epidemiologi menyebabkan terjadinya pergeseran pola penyakit, dimana penyakit degeneratif sudah terjadi peningkatan. Proporsi kematian penyakit infeksi menurun secara signifikan pada beberapa tahun terakhir, namun proporsi kematian karena penyakit degeneratif (jantung dan pembuluh darah, neoplasma, endokrin) meningkat 2 sampai dengan 3 kali lipat. Penyakit stroke dan hipertensi disebagian besar Rumah Sakit cenderung meningkat dari tahun ke tahun dan selalu menempati urutan teratas. Prevalensi penyakit jantung dan pembuluh darah diperkirakan akan semakin bertambah dalam jangka waktu yang lama(Sukmana, Hardani, and Irawansyah 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada umumnya, keberadaan faktor risiko penyakit tidak menular pada seseorang tidak memberikan gejala sehingga mereka tidak merasa perlu mengatasi faktor risiko dan mengubah gaya hidupnya. Penelitian (Sudayasa et al. 2020) menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang jenis Penyakit tidak menular cukup baik, dan sebagian besar masyarakat mengetahui bagaimana penderitaan pasien Penyakit tidak menular seperti Jantung Koroner, Kanker, Stroke dan Diabetes melitus. Sebagian besar masyarakat khususnya lansia belum memahami penyakit tidak menular, dan menganggap bahwa Penyakit tidak menular disebabkan faktor genetik, penyakit orang tua atau penyakit orang kaya sehingga pada umumnya mereka datang dalam keadaan sudah parah dan tidak tertangani dengan baik(Lubis 2022). Kasus kematian yang terus meningkat yang disebabkan oleh penyakit degeneratif maka perlu adanya deteksi dini dan Pendidikan pada lansia tentang bagaimana mengatasi kondisi dari penyakitnya(Primiyani, Masrul, and Hardisman 2019).

Prevalensi penyakit degeneratif yang semakin meningkat menuntut adanya intervensi. Dengan adanya deteksi dini tentang kesehatan, memberikan alternatif yang sangat bermakna dalam pelayanan penyakit degeneratif dengan berbagai paket manfaat yang disediakan untuk mengetahui kondisi lansia, dengan deteksi dini lansia

mampu melakukan hidup sehat untuk menjaga kestabilan kesehatan. Namun masih rendahnya kepedulian masyarakat serta semakin tingginya prevalensi penyakit degeneratif, sehingga penting untuk meningkatkan pemahaman lansia bagaimana pencegahan dan mempertahankan hidup sehat dengan deteksi dini(Aeni 2018).

### Metode

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat memiliki kegiatan utama sebagai berikut :

- a. Ceramah, melalui metode ceramah akan disampaikan tentang risiko dan jenis penyakit tidak menular
- b. Pemberian leaflet yang berisi fakta tentang penyakit tidak menular dan cara pencegahan
- c. Pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah dan kadar lemak darah kepada masyarakat untuk mendeteksi secara dini risiko penyakit

### Hasil

Sebagian besar lansia yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah perempuan (72%). Hal ini sebagaimana yang dirilis oleh Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI bahwa penduduk Indonesia pada tahun bahwa prosentase penduduk lansia tahun 2017 lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki. Disampaikan pula, bahwa prosentase ini juga menunjukkan bahwa angka harapan hidup lansia perempuan di Indonesia lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki. Usia lansia yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini memperlihatkan bahwa rata-rata lansia berumur 59 tahun. Jika dilihat berdasarkan kategori WHO, maka lansia tersebut berada dalam kategori lansia middle age (45-59 tahun), usia lebih dari 59 tahun berada dalam kategori lansia akhir.

Hasil pemeriksaan tekanan darah pada kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada dalam kategori tekanan darah tinggi (85%), dimana semakin bertambah usia, semakin tinggi pula kejadian hipertensi (Sukmana, Hardani, and Irawansyah 2020). Hal ini terjadi karena pada usia tersebut arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku karena itu darah pada setiap denyut

jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit daripada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah(Aeni 2018). Kemungkinan sedikitnya kejadian hipertensi pada lansia disebabkan karena asupan nutrisi, khususnya makanan dengan kandungan kalium dan magnesium tinggi (Ambarwati and Ferianto 2019). Kadar kalium yang tinggi dapat meningkatkan ekskresi natrium, sehingga dapat menurunkan volume darah dan tekanan darah. Sedangkan magnesium dapat membantu otot jantung untuk relaksasi sehingga dapat menurunkan resiko terjadinya hipertensi(Rahayu et al. 2021)

Hasil pemeriksaan gula darah menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki gula darah lebih dari normal (79%). Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami kenaikan pada kadar asam urat (53%) dan kolesterol (64%). Perbedaan pada hasil ini dimungkinkan karena lansia tidak cukup menerapkan asupan makan yang tepat, khususnya pada makanan yang dapat meningkatkan asam urat dan kolesterol (Primiyani, Masrul, and Hardisman 2019). Sehingga adanya nilai yang sebagian besar normal hanya terjadi pada gula darah (Nurhidayati, Handayani 2021). Asupan gizi yang tepat sangat diperlukan bagi lansia agar dapat mempertahankan kualitas hidupnya, dengan mengurangi makanan yang dapat mengurangi kualitas kesehatan (Lina and S Dian 2019)

Tabel 1 Hasil Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Posyandu Keluarga Cemara, Kelurahan Serengan

Jenis Pemeriksaan	29 Oktober 2022	25 Januari 2023
Tekanan darah	85%	57%
Gula darah	79%	45%
Asam Urat	53%	34%
Kolesterol	64%	49%

### Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini juga menggambarkan bahwa pada dasarnya lansia rentan dengan sakit. Angka kejadian sakit meningkat seiring bertambahnya usia. Adapun masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi artritis, stroke, masalah gigi

dan mulut, penyakit paru obstruktif menahun, dan diabetes mellitus. Oleh karena itu, sebagai hasil deteksi dini ini merupakan dasar yang tepat untuk dilakukannya penyuluhan. Adanya peningkatan pengetahuan tentang kejadian penyakit degeneratif dan solusinya langkah awal yang tepat sebagai dasar pencegahan maupun penanganan masalah kesehatan lansia sehingga lansia dapat hidup secara berkualitas(Sudayasa et al. 2020).

Disamping melakukan pemeriksaandeteksi dini, edukasi berupa Pendidikan kesehatan memberikan kontribusi dan dukungan positif terhadap perubahan perilaku dengan meningkatkan gaya hidup sehat menjadi salah satu indicator keberhassila dari pengabdian masyarakat ini (Lubis 2022). Hal ini dibuktikan dalam setiap kegiatan posyandu lansia khususnya meningkat antusiasnya dan secara disiplin mengikuti kegiatan posyandu dan semangat terhadap pemeliharaan kesehata meningkat khususnya di Posyandu Keluarga Cemara Serengan Surakarta.

### Kesimpulan

Peningkatan pengetahuan tentang kejadian penyakit degeneratif dan solusinya langkah awal yang tepat sebagai dasar pencegahan maupun penanganan masalah kesehatan lansia sehingga lansia dapat hidup secara berkualitas. Disamping peningkatan pengetahuan deteksi secara dini mampu memberikan solusi kepada lansia, guna mampu untuk lebih peduli terhadap kesehatan dan dapat melakukan pencegahan.

### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Puskesmas dan Posyandu Serengan yang membantu dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

### Daftar Pustaka

- Aeni, Nurul. 2018. "162 Jurnal Care Vol .6, No.2,Tahun 2018." *Jurnal Care* 6(2): 162–74.
- Ambarwati, and Ferianto. 2019. "Evaluasi Pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM)." *Jurnal Profesi Keperawatan* 6(1): 30–44. <http://jurnal.akperkridahasada.ac.id/index.php/jpk/article/view/61>.
- Lina, NDeteksi dini penyakit jantung koroner

- di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM), and S Dian. 2019. "Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner Di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM)." *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia* 15(1): 93–104.
- Lubis, Eli Marlina. 2022. "Kendala Pelaksanaan Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM): Literature Review." *Journal of Cahaya Mandalika* 2(1): 43–71.
- Marbun, Romaden, Arief Setiyoargo, and Vincensia Dea. 2021. "Edukasi Kesehatan Dalam Penanggulangan Penyakit Tidak Menular (Ptm) Serta Paket Manfaat Bpjs Kesehatan Untuk Penyakit Kronis." *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 4(3): 763.
- Nurhidayati, I, S Handayani, and ... 2021. "Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengendalian Dan Pengontrolan Penyakit Tidak Menular: Posbindu Ptm Di Dusun Gunung Cilik Desa Watu Gajah Gedangsari ...." *Jurnal ...* 4(2): 161–70.  
<https://jpk.jurnal.stikescendekiautamaku.dus.ac.id/index.php/jpk/article/view/134>.
- Primiyani, Yulia, Masrul Masrul, and Hardisman Hardisman. 2019. "Analisis Pelaksanaan Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular Di Kota Solok." *Jurnal Kesehatan Andalas* 8(2): 399.
- Rahayu, Dwi et al. 2021. "Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada Lansia." *Jurnal Peduli Masyarakat* 3(1): 91–96.
- Sudayasa, I Putu et al. 2020. "Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe." *Journal of Community Engagement in Health* 3(1): 60–66.
- Sukmana, Dhika Juliana, Hardani Hardani, and Irawansyah Irawansyah. 2020. "Pemeriksaan Kesehatan Gratis Sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular." *Indonesian Journal of Community Services* 2(1): 19.