

SKRINING KESEHATAN DAN PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA KEGIATAN LAUNCHING POSYANDU LANSIA AISYIYAH NUSUKAN KOTA SURAKARTA

Ni'mah Mufidah^{1✉}, Fitri Dyah Herawati², Atik Aryani³, Laras Adi Rantika Sari⁴

Corresponding author: nikmah.mufidah@gmail.com

^{1,2,3,4} Jurusan Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

Genesis Naskah: 03-05-2024, Revised: 10-10-2024, Accepted: 22-10-2024, Available Online: 31-10-2024

Abstrak

Lansia merupakan kelompok usia 60 tahun keatas yang mengalami berbagai perubahan baik secara fisik, mental maupun sosial. Usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko penyakit tidak menular adalah dengan pengaturan makan dan gaya hidup sehat pada lansia. Deteksi dini melalui pemeriksaan tanda-tanda vital merupakan upaya penjangkaran yang dilaksanakan secara komprehensif untuk menemukan adanya masalah pada lansia, sehingga upaya pencegahan penyakit, stimulasi, penyembuhan serta pemulihan dapat diberikan dengan indikasi yang jelas pada masa-masa kritis. Metode pengabdian masyarakat dimulai dengan pemeriksaan tanda-tanda vital lansia, dilanjutkan dengan edukasi mengenai pola makan dan gaya hidup sehat bagi lansia 'Aisyiyah Nusukan Surakarta sebanyak 83 peserta. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan hasil sebagian besar peserta merupakan kelompok usia lansia muda yaitu (60-69 tahun) 33 lansia. Peserta memiliki hasil pemeriksaan tanda-tanda vital rata-rata berupa; suhu dengan status normal, nadi dengan status normal, dan tekanan darah terdapat 21 peserta memiliki tekanan darah diatas nilai normal (90-120/ 60-80 mmHg). Terdapat perbedaan nilai pre-test dan post-test edukasi mengenai pola makan dan gaya hidup sehat pada lansia dengan nilai $p\text{-value} = <0,001$. Pengabdian kepada masyarakat ini memberikan bukti bahwa edukasi pola makan dan gaya hidup sehat meningkatkan pengetahuan lansia.

Kata kunci : Lansia, skrining kesehatan, pendidikan kesehatan

HEALTH SCREENING AND INCREASING KNOWLEDGE OF THE ELDERLY AT LAUNCHING POSYANDU LANSIA 'AISYIYAH NUSUKAN SURAKARTA CITY

Abstract

The elderly are the age group 60 years and over who experience various changes both physically, mentally and socially. Efforts that can be made to reduce the risk of non-communicable diseases are by regulating eating and healthy lifestyles in the elderly. Early detection through checking vital signs is a comprehensive screening effort to find problems in the elderly, so that disease prevention, stimulation, healing and recovery efforts can be provided with clear indications at critical times. The community service method begins with checking the vital signs of the elderly, followed by education regarding healthy eating patterns and lifestyles for the elderly 'Aisyiyah Nusukan Surakarta as many as 83 participants. The results of community service showed that most of the participants were in the young elderly age group, namely (60-69 years) 33 elderly. Participants had average vital signs examination results in the form of; temperature with normal status, pulse with normal status, and blood pressure, there were 21 participants who had blood pressure above normal values (90-120/ 60-80 mmHg). There is a difference in the pre-test and post-test scores for education regarding healthy eating patterns and lifestyles in the elderly with a $p\text{-value} = <0.001$. This community service provides evidence that education on healthy eating patterns and lifestyles increases the knowledge of the elderly.

Keywords: Elderly, health screening, health education

Pendahuluan

Lansia merupakan kelompok usia 60 tahun keatas yang memiliki dinamika status kesehatan yang berbeda-beda. Lanjut usia mengalami berbagai perubahan baik secara fisik, mental maupun sosial (Finamore et al., 2021). Bertambahnya usia seseorang menuju lansia memiliki resiko mengalami penyakit tidak menular yang disebabkan karena terjadinya penurunan fungsi organ tubuh dan penurunan sistem imunitas tubuh. Negara Indonesia, memiliki data persentase sebesar 64,29% didominasi oleh lansia dengan usia 60-69 tahun (Badan Pusat Statistik, 2020). Separuh jumlah lansia tersebut mengalami keluhan kesehatan baik fisik maupun psikiatris yaitu sebesar 48,14% dan lansia dengan status kesehatan sakit mencapai jumlah seperempat lansia Indonesia yaitu 24,35% (Badan Pusat Statistik, 2020).

Usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko penyakit tidak menular adalah dengan pengaturan makan dan gaya hidup sehat pada lansia. Asupan zat gizi seimbang diperlukan untuk mengoptimalkan sistem kekebalan tubuh pada lansia sehingga tetap membutuhkan asupan gizi makro dan mikro yang lengkap dan seimbang. Kebutuhan gizi pada orang dewasa berbeda dengan kelompok lanjut usia, terutama pembatasan konsumsi beberapa bahan makanan seperti konsumsi gula, garam, minyak, makanan berlemak dan tinggi purin, sayur dan buah, dan juga perbedaan dalam aktifitas fisik yang menyesuaikan dengan kondisi lansia (Kemenkes RI, 2017). Sementara pengeluaran energi terutama ditentukan dari tingkat

metabolisme basal, dimana semakin lambat seiring dengan penambahan usia (Corbett et al., 2017). Salah satu penyebab terjadinya penyakit tidak menular pada lansia adalah gaya hidup yang tidak sehat, sehingga diperlukan adanya pengaturan gaya hidup sehat bagi lansia. Aktivitas fisik seperti olahraga yang rutin merupakan salah satu hal yang dianjurkan untuk mengurangi risiko penyakit tidak menular (Riani, 2023).

Upaya dalam meningkatkan kualitas hidup dapat dilakukan melalui beberapa cara seperti penyuluhan, pendampingan kesehatan berupa senam maupun dengan pemeriksaan kesehatan, pemeriksaan tanda-tanda vital secara rutin khususnya bagi lansia (Nuraisyah et al., 2021).

Pemeriksaan tanda-tanda vital merupakan upaya dalam mendeteksi dini perubahan system yang ada dalam tubuh, meliputi suhu tubuh, denyut nadi, frekuensi pernapasan, dan tekanan darah. Perubahan tanda vital dapat terjadi bila tubuh dalam keadaan sakit atau kelelahan (Thomas M, 2017). Pemeriksaan tanda-tanda vital ini di gunakan untuk memantau perkembangan dan perubahan pada lansia, tindakan ini merupakan kegiatan rutin yang harusnya dijalankan di panti sebagai tindakan pengawasan terhadap perubahan atau gangguan system tubuh pada lansia (Hijriani et al., 2023).

Deteksi dini melalui pemeriksaan tanda-tanda vital merupakan upaya penjarangan yang dilaksanakan secara komprehensif untuk menemukan adanya masalah pada lansia, sehingga upaya pencegahan penyakit, stimulasi, penyembuhan

serta pemulihan dapat diberikan dengan indikasi yang jelas pada masa-masa kritis. Program pengabdian masyarakat yang dilakukan di pengajian Aisyiyah Nusukan Surakarta ini merupakan bentuk nyata peningkatan pengetahuan dan deteksi dini melalui pemeriksaan tanda-tanda vital pada lansia.

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra adalah belum terbentuknya posyandu lansia dan kegiatan kesehatan rutin pada khususnya di Aisyiyah Nusukan Surakarta. Pemeriksaan tanda-tanda vital belum dilakukan yang mana dapat menjadi deteksi dini masalah kesehatan pada lansia Aisyiyah Nusukan Surakarta.

Metode Pelaksanaan

Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui 3 tahapan yaitu: Tahap Persiapan, melakukan perijinan dan penyampaian kegiatan pada pihak pengurus Aisyiyah Nusukan Surakarta. Tahap pelaksanaan dimulai dengan pembukaan oleh petugas, *launching* posyandu lansia Aisyiyah Nusukan, pembagian kuesioner *pre-test*, melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital lansia, dilanjutkan dengan edukasi mengenai pola makan dan gaya hidup sehat bagi lansia, pembagian kuesioner *post-test* dan evaluasi. Alat yang digunakan dalam kegiatan ini adalah proyektor dan laptop, untuk kegiatan pendidikan kesehatan menggunakan media power point, leaflet dan stiker. Skrining kesehatan melalui pemeriksaan tanda-tanda

vital menggunakan timbangan, thermometer, dan tensimeter. Hasil pengukuran tanda-tanda vital dicatat dalam lembar observasi.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan pada hari Senin, 05 Februari 2024 jam 15.30 – 17.30 WIB dihadiri sebanyak 83 peserta. Pendidikan Kesehatan dengan tema “Bahagia dan Produktif di Usia Senja dengan Pola Makan Sehat” berisi tentang persepsi lansia sehat, konsep sehat-sakit, konsep sehat muslim, pola makan yang sehat, pemenuhan kebutuhan lansia, menjadi lansia bahagis dan produktif, tips lansia hidup sehat.



Gambar 1. Pelaksanaan launching dan edukasi kesehatan

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

No	Usia	Jumlah	
		n	%
1	Pra-Lansia (45-59 th)	50	60,25
2	Lansia Muda (60-69)	33	39,75
Total		83	100

Pemeriksaan tanda-tanda vital dilakukan dengan mengelompokkan peserta menjadi kategori peserta pra lansia sebanyak 50 peserta, dan peserta lansia muda sebanyak 33 lansia.

Tabel 2. Hasil pengukuran tanda-tanda vital lansia

Karakteristik	n (%)
Berat badan (kg)	
<60	0
60-65	30
>65	3
Suhu (°C)	
35-37	33
>37	0
Tekanan darah (mmHg)	
≤120/80	21
>120/80	
Nadi	
<60	0
60-100	33
>100	0

Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital diperoleh data berat badan, suhu badan, tekanan darah dan denyut nadi lansia. Peserta memiliki hasil pemeriksaan tanda-tanda vital berupa; suhu dengan status normal, nadi dengan status normal, dan tekanan darah terdapat 21 peserta memiliki tekanan darah diatas nilai normal (90-120/ 60-80 mmHg).



Gambar 2. Pengukuran TTV

Tabel 3. Hasil evaluasi perubahan tingkat pengetahuan lansia ‘Aisyah Nusukan Surakarta

Tingkat Pengetahuan n (n=33)	Rerata nilai (%)	Kategori pengetahuan n	p-value
<i>Pre-test</i>	60,8	Cukup	<0,001
<i>Post-test</i>	85,2	Baik	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rerata tingkat pengetahuan lansia *pre-test* dan *post-test* dengan nilai rerata 24,4%. Sebelum pemberian edukasi rerata tingkat pengetahuan lansia adalah pada kategori cukup dengan nilai 60,8 %, dan setelah pemberian edukasi rerata tingkat pengetahuan lansia masuk kategori baik dengan rerata nilai 85,2%. Uji Wilcoxon didapatkan hasil *p-value* = <0,001.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya, masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan dan menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan (Notoatmodjo, 2015). Kegiatan pendidikan kesehatan dalam

pengabdian masyarakat dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pola makan sehat, bahagia dan produktif di usia senja. Tema ini menjadi penting diberikan karena sebagai upaya pencegahan dari berbagai penyakit yang dapat disebabkan oleh pola makan yang belum benar. Dengan pemaparan tema ini peserta lebih mengetahui makanan yang sehat dan sesuai baik dari sudut pandang kesehatan umum maupun dari sudut kesehatan secara Islam.

Pendidikan kesehatan memberikan dampak positif bagi peserta, dimana peserta menyampaikan bahwa materi sesuai dengan kondisi peserta, pengetahuan menjadi meningkat ditandai dengan salah satunya adalah peserta mampu menjelaskan terkait materi yang disampaikan dan menyampaikan hal baru yang diperoleh dari penjelasan materi. Peserta antusias meminta materi yang disampaikan, baik dalam bentuk power point, leaflet dan stiker.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menjadi awal pembuka kegiatan posyandu lansia. Pemeriksaan tanda-tanda vital berjalan lancar dan peserta antusias untuk melakukan pemeriksaan. Pemeriksaan diberikan pada peserta dengan status lansia muda, akan tetapi peserta lainnya juga antusias untuk mengantri periksa. Hal ini menunjukkan bahwa peserta pengajian Aisyiyah Nusukan Surakarta perlu untuk dilakukannya pemeriksaan secara rutin pada kegiatan pasyandu lansia.

Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital menunjukkan hasil; suhu dengan status normal,

nadi dengan status normal, dan tekanan darah terdapat 21 peserta memiliki tekanan darah diatas nilai normal (90-120/ 60-80 mmHg). Nilai tekanan darah dari 16 peserta diantaranya terdapat 5 peserta dengan nilai tekanan darah sistol di atas 150 mmHg, dan terdapat 15 peserta dengan nilai tekanan darah sistol diatas 125 mmHg. Hasil pemeriksaan ini menjadi dasar untuk kegiatan pengabdian selanjutnya dimana ditemukan masalah adanya peserta dengan tanda-tanda hipertensi, sehingga perlunya tindakan pengabdian dengan tema hipertensi. Hasil pemeriksaan ini juga memberikan gambaran pada peserta mengenai kondisi kesehatannya, sehingga dapat melakukan pemeriksaan rujukan di Puskesmas ataupun di rumah sakit.

Kesimpulan dan Saran

Pengabdian kepada masyarakat dengan program launching “Posyandu Lansia Sakinah” ‘Aisyiyah Nusukan Surakarta yang disertai dengan kegiatan skrining kesehatan dan edukasi dapat terlaksana dengan lancar. Hasil skrining tanda-tanda vital menunjukkan suhu dan nadi normal, terdapat 21 lansia dengan tekanan darah diatas nilai normal. Kegiatan edukasi mengenai pola makan dan gaya hidup sehat bagi lansia memberikan dampak positif, yaitu terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan sebesar 24,4% dengan nilai $p\text{-value} = <0,001$.

Hasil kegiatan pengabdian ini dapat menjadi salah satu pertimbangan kegiatan lanjutan pada posyandu lansia Sakinah

‘Aisyiyah Nusukan Surakarta, baik dalam bentuk materi edukasi, maupun pemeriksaan kesehatan lainnya seperti pemeriksaan gula darah, asam urat, kolesterol dan pemantauan tekanan darah secara rutin pada lansia.

Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. <https://www.bps.go.id/publication/2020/12/21/0fc023221965624a644c1111/statistik-penduduk-lanjut-usia-2020.html>
- Corbett, D. B., Wanigatunga, A. A., Valiani, V., Handberg, E. M., Buford, T. W., Brumback, B., Casanova, R., Janelle, C. M., & Manini, T. M. (2017). Metabolic costs of daily activity in older adults (Chores XL) study: Design and methods. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 6(Chores XL), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.conctc.2017.02.003>
- Finamore, P. da S., Kós, R. S., Corrêa, J. C. F., D, Collange Grecco, L. A., De Freitas, T. B., Satie, J., Bagne, E., Oliveira, C. S. C. S., De Souza, D. R., Rezende, F. L., Duarte, N. de A. C. A. C. D. A. C., Grecco, L. A. C. A. C., Oliveira, C. S. C. S., Batista, K. G., Lopes, P. de O. B., Serradilha, S. M., Souza, G. A. F. de, Bella, G. P., ... Dodson, J. (2021). No Title. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(February), 2021. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1595750>
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). Deteksi Dini Kondisi Kritis Lansia Dengan Mahir Mengukur Tanda- Tanda Vital Oleh Pelaku Rawat Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Cepiring. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 5(JUNI), 207–212. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Kemkes RI. (2017). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nuraisyah, F., Purnama, J. S., Nuryanti, Y., Agustin, R. D., Desriani, R., & Putri, M. U. (2021). Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Lansia untuk Meningkatkan

Kualitas Hidup. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 364–368. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v6i4.1845>

- Riani. (2023). Deteksi Dini Kondisi Kritis Lansia dengan Mahir Mengukur Tanda-Tanda Vital oleh Pelaku Rawat di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Cepiring. *Jurnal Peduli Masyarakat, Volume 5 N*(Desember 2023 e-ISSN 2721-9747; p-ISSN 2715-6524). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM%0A>
- Thomas M. (2017). *Buku Keterampilan klinis keperawatan lansia dan keperawatan keluarga: gerontology and family nursing*. Nuha Medika.