

Pemeriksaan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada lanjut Usia

Sumiati, Aries Abiyoga, Tuti Meihartati

STIKES Wiyata Husada Samarinda

**e-mail: dha.permata@gmail.com*

Abstrak : Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta perbaikan sosial ekonomi berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan usia harapan hidup, sehingga jumlah populasi lansia juga meningkat. Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan berdampak terhadap berbagai kehidupan. Dampak utama peningkatan lansia ini adalah peningkatan ketergantungan lansia. Ketergantungan ini disebabkan oleh kemunduran fisik, psikis dan sosial lansia. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pencegahan penyakit tidak menular. Metode yang digunakan adalah memeriksa dan membimbing para lansia dalam pemeriksaan penyakit tidak menular. Hasil yang dicapai adalah lansia mampu memahami pencegahan terhadap penyakit menular tidak menular. Saran dari kegiatan pengabdian masyarakat, tenaga kesehatan dapat memberikan informasi kepada lansia melalui konseling dan pemeriksaan pada saat melakukan pemeriksaan kesehatan.

Kata Kunci: Deteksi Dini, Penyakit Tidak menular, Lansia

Abstract : Advances in science and technology as well as socioeconomic improvement have an impact on increasing the degree of public health and life expectancy, so the number of elderly population also increases. Increasing the number of elderly population will have an impact on various lives. The main impact of this increase in the elderly is the increasing dependency of the elderly. This dependence is caused by the physical, psychological and social setbacks of the elderly. The purpose of this service is to increase knowledge about the importance of preventing non-communicable diseases. The method used is to examine and guide the elderly in the examination of non-communicable diseases. The results achieved are the elderly are able to understand the prevention of non-communicable communicable diseases. Suggestions from community service activities, health workers can provide information to the elderly through counseling and examinations when conducting health checks.

Key word : Early Detection, Non-communicable Diseases, Elderly

Pendahuluan

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyebab kematian terbanyak di Indonesia. Keadaan dimana penyakit menular masih merupakan masalah kesehatan penting dan dalam waktu bersamaan morbiditas dan mortalitas PTM makin meningkat merupakan beban ganda dalam pelayanan kesehatan, tantangan yang

harus dihadapi dalam pembangunan bidang kesehatan di Indonesia

Kesegaran jasmani merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan dalam kegiatan olahraga. Kesegaran jasmani merupakan unsur utama manusia dalam menjunjung aktivitas sehari-hari. Manusia kadang lupa betapa pentingnya kesehatan apalagi diusia lansia. Dewasa ini manusia melalaikan pentingnya menjaga kesehatan

khususnya secara jasmani. Banyaknya kegiatan yang dilakukan sehingga lupa menjaga memelihara dan menjaga kesehatan tubuh. Dilain pihak kurangnya pengetahuan dan pemahaman akan pentingnya kesegaran jasmani dan cara hidup sehat apalagi diusia lansia. Banyak masyarakat mengesampingkan kesegaran jasmani apalagi diusia lansia tanpa disadari bahwa kesadaran jasmani sangat menungjung aktivitas sehari-hari. Disisi lain masyarakat berfikir bahwa olah raga tidak penting dalam menjaga kesegaran jasmani khususnya kebugaran tubuh.

Lanjut usia (lansia) merupakan masa dimana orang akan mengalami pada akhirnya nanti. Banyak orang yang dapat menikmati masa tua akan tetapi sedikit pula yang mengalami sakit dan sampai meninggal tanpa dapat menikmati masa tua dengan bahagia. Setiap orang pasti ingin memiliki masa tua yang bahagia tetapi keinginan tidaklah selalu dapat menjadi nyata. Di kehidupan nyata banyak sekali lansia-lansia yang menjadi depresi, stress dan menderita penyakit kronis.

Menkes mengatakan, PTM dipicu berbagai faktor risiko antara lain merokok, diet yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan gaya hidup tidak sehat. Riskesdas 2007 melaporkan, 34,7% penduduk usia 15 tahun

ke atas merokok setiap hari, 93,6% kurang konsumsi buah dan sayur serta 48,2% kurang aktivitas fisik.

Menkes menambahkan, peningkatan PTM berdampak negatif pada ekonomi dan produktivitas bangsa. Pengobatan PTM seringkali memakan waktu lama dan memerlukan biaya besar. Beberapa jenis PTM adalah penyakit kronik dan/atau katastrofik yang dapat mengganggu ekonomi penderita dan keluarganya. Selain itu, salah satu dampak PTM adalah terjadinya kecacatan termasuk kecacatan permanen.

Upaya pengendalian PTM tidak akan berhasil jika hanya dilakukan oleh Kementerian Kesehatan tanpa dukungan seluruh jajaran lintas sektor Pemerintah, Swasta, Organisasi Profesi, Organisasi Kemasyarakatan dan seluruh lapisan masyarakat, tegas Menkes.

Untuk dapat menghadapi lanjut usia yang dapat menikmati hidupnya dan tetap terjaga baik kekuatan maupun kebugarannya maka lansia harus melakukan aktivitas olahraga yang teratur, melakukan pola hidup yang sehat, istirahat tidak merokok dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala di posyandu terdekat.

Metode

Metode yang digunakan adalah pemeriksaan deteksi dini penyakit tidak menular dengan tahapan sebagai berikut:

a. Persiapan

1. Melakukan perizinan,
2. Mencari peserta dengan cara memasang spanduk di posyandu dan wilayah kerja puskesmas dan mensosialisasikan kegiatan.
3. Menyipkan sarana dan pra sarana.

b. Pelaksanaan

Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 09 Maret 2019 di Posyandu Matahari Perum Bukit Bengkinang Samarinda. Pengabdian menjelaskan manfaat pemeriksaan untuk mendeteksi dini penyakit tidak menular pada lansia.

Hasil

a. Karakteristik Peserta

Peserta merupakan warga Samarinda yang berada di lingkungan Posyandu Matahari Perum Bukit Bengkinang Samarinda yang berusia lanjut.

b. Respon Peserta

Peserta belum tahu manfaat pemeriksaan secara dini deteksi penyakit tidak menular, peserta antusias melaksanakan pemeriksaan dan mengikuti arahan dari kegiatan pengabdian yang dilakukan.

c. Dampak

Dampak kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Peserta mengenal jenis-jenis penyakit tidak menular
2. Menarik minat lansia untuk melakukan pemeriksaan deteksi dini PTM.
3. Lansia dapat mengecek PTM sebelum terjadi resiko atau tanda bahaya dari PTM yang diderita.

Dokumentasi Kegiatan





Kesimpulan

Pada dasarnya penyakit tidak menular akan mempengaruhi kualitas hidup dan memiliki peningkatan resiko terjadinya komplikasi apabila terjadi ketidakpatuhan dan tidak segera diberikan penanganan dan pengontrolan yang tepat. Hal tersebut dapat diatasi apabila pasien memiliki pengetahuan dan kemampuan yang baik untuk melakukan *self care* (perawatan mandiri) terhadap penyakitnya.

Rekomendasi

Diharapkan kegiatan ini dapat dilakukan berjadwal.

Referensi

Kemendes RI. 2015. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*: Jakarta

Indrayati, Arin.2007. *Pengaruh Kegiatan POSYANDU Lansia Terhadap Keberhasilan Penanganan Kadar Gula Darah di Kecamatan Selomerto Kabupaten Wonosobo*. Skripsi Strata 1. FKIK UMY: Yogyakarta

Singalingging, Ganda Et Al.*Pengaruh Sosial Budaya Dan Sosial Ekonommi Keluarga Lansia Terhadap Pemanfaatann Posyandu Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Darussalam*:MEDAN

http://www.who.int/mental_health/publications/whoqol/en/ diakses pada hari Kamis, 24 Maret 2019 pada pukul 14.00 WIB

