

Meningkatkan Pengetahuan Lansia dan Keterampilan Kader dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Dusun Patuk Lor

Adista Alya Husna, Mellisa, Ibnu Wikan Pramudito, Ikhda Fishla Maulidia, Mila Valerina, Adela Lufita Putri, Qanita Nafisah Nuraini, Fikri Nagata Adi, Dwi Aji Nugraha*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

Email: dwiainugraha@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1179>

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) umum terjadi di kalangan lansia karena berkurangnya fungsi fisiologis akibat proses penuaan. Kurangnya pengetahuan dan informasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan membuat masalah PTM semakin meningkat seiring bertambahnya usia individu. Untuk mengatasi permasalahan ini, sebuah program komprehensif diterapkan di dusun Patuk Lor, melibatkan pelatihan keterampilan petugas kesehatan, pemeriksaan kesehatan gratis untuk lansia, dan penyuluhan mengenai PTM. Metode yang digunakan meliputi pendidikan kesehatan dan praktek langsung. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemahaman yang lebih mendalam tentang PTM dan upaya pencegahannya, baik oleh petugas kesehatan maupun komunitas lansia. Selain itu, pelatihan petugas kesehatan telah menghasilkan kemajuan signifikan, memungkinkan mereka untuk mandiri dalam menggunakan perangkat GCU dan mengajarkan rekan petugas kesehatan serta tim layanan lainnya. Pengendalian PTM didasarkan pada komitmen bersama dari seluruh pemangku kepentingan masyarakat yang peduli akan ancaman PTM. Dalam konteks ini, petugas kesehatan memainkan peran penting dalam deteksi risiko dini PTM di komunitas Patuk Lor. Melalui konseling dan pendidikan yang dipimpin oleh petugas kesehatan yang telah terlatih, pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mencegah dan mengelola faktor risiko PTM ditingkatkan. Ini, pada gilirannya, memfasilitasi intervensi awal bagi anggota masyarakat yang berisiko mengalami PTM.

Kata Kunci: PTM, kader, lansia

Pendahuluan

Pembangunan kesehatan saat ini dihadapi oleh sebuah permasalahan yang signifikan, yaitu pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular (PTM). Tingginya prevalensi PTM berdampak pada menurunnya produktivitas dan gangguan dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari. Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), PTM saat ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, mencapai 63% dari semua kematian tahunan, dengan lebih dari 36 juta orang meninggal setiap tahunnya (Sudayasa et al., 2020). Peningkatan insiden PTM berkaitan dengan perubahan gaya hidup yang dipengaruhi oleh modernisasi, urbanisasi, globalisasi, dan pertumbuhan populasi (Siswanto & Lestari, 2020).

Faktor risiko yang berkaitan dengan PTM dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan seperti keturunan, jenis kelamin, dan usia, serta faktor risiko yang dapat dikendalikan, seperti obesitas, kurangnya aktivitas fisik, merokok, konsumsi kopi, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pola makan. Faktor-faktor ini dapat menginduksi perubahan fisiologis dalam tubuh manusia, seperti peningkatan tekanan darah, gula darah, kolesterol darah, dan obesitas (Rahayu et al., 2021). Lansia rentan terhadap PTM karena fungsi fisiologis tubuh mereka mengalami penurunan akibat proses penuaan (Kavit et al., 2022). Penyakit tidak menular, seperti hipertensi, artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronis, dan diabetes mellitus, menjadi masalah kesehatan umum di kalangan lansia (Riskesdas, 2014). Selain faktor usia, kurangnya pengetahuan, sikap, dan praktik lansia terkait dengan akses ke layanan kesehatan menyebabkan mereka kurang memperhatikan kesehatan mereka sendiri.

Pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin sering kali diabaikan oleh lansia, yang dapat mengakibatkan peningkatan masalah kesehatan. Hal ini terjadi juga di lokasi pengabdian kami, yaitu dusun Patuk Lor, Tirtorahayu, Galur, Kulonprogo, DIY, di mana lansia kurang memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Hal ini telah menyebabkan sebagian lansia di dusun Patuk Lor menderita berbagai jenis PTM, seperti Diabetes Mellitus (DM) dan stroke. Oleh karena

itu, perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan kader kesehatan, pemeriksaan kesehatan gratis untuk lansia, dan penyuluhan mengenai PTM. Dengan upaya ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan dan pola makan yang baik, serta mengatasi masalah kesehatan yang muncul di komunitas Patuk Lor.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan ini diselenggarakan di Pedukuhan Patuk Lor, Kelurahan Tirtorahayu, Kecamatan Galur, DIY pada tanggal 4 Agustus 2023. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah kader kesehatan posyandu lansia dan seluruh lansia yang tinggal di Dusun Patuk Lor. Penyelenggaraan kegiatan ini dilakukan melalui tiga tahap yang terstruktur, yakni tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian, sesuai dengan model yang telah diuraikan oleh . Pada tahap persiapan, inisiasi kegiatan dimulai dengan proses koordinasi yang melibatkan anggota kelompok, koordinasi dengan kepala Dukuh Patuk Lor, dan koordinasi dengan para kader kesehatan. Tahap ini bertujuan untuk memastikan bahwa semua persiapan dan logistik terpenuhi sebelum pelaksanaan kegiatan dimulai. Selanjutnya, pada tahap pelaksanaan yang merupakan inti dari kegiatan penyuluhan dan bertujuan untuk memberikan informasi dan keterampilan yang relevan kepada kader kesehatan posyandu lansia dan lansia di Dusun Patuk Lor. Terakhir, pada tahap penyelesaian, akan dilakukan evaluasi dan analisis hasil kegiatan penyuluhan untuk mengevaluasi dampaknya serta menentukan langkah-langkah berikutnya dalam upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan kesehatan masyarakat lansia di Patuk Lor. Keseluruhan kegiatan ini diharapkan akan memberikan kontribusi positif dalam upaya mencegah penyakit tidak menular dan meningkatkan kualitas hidup lansia di wilayah tersebut. Adapun kegiatan yang dilakukan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Pelatihan kader.

Pelatihan kader diawali dengan pengerjaan pre-test untuk mengetahui sejauh mana materi terkait PTM dan ketrampilan penggunaan GCU. Peningkatan keterampilan kader dalam menggunakan alat GCU dan pengetahuan terkait PTM dilakukan dengan metode ceramah, demonstrasi dan praktik secara langsung. Secara umum dijelaskan terlebih dahulu terkait bagaimana cara penggunaan alat GCU dan nilai-nilai normal Gula Darah, Asam Urat, Kolesterol. Selain itu dijelaskan juga terkait faktor risiko penyakit-penyakit PTM.

2. Pelayanan kegiatan posyandu lansia dan Cek Gula Darah, Asam Urat dan Kolesterol

Kegiatan memberikan pelayanan pada posyandu lansia ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal pelaksanaan posyandu tersebut (Kusumawati, 2017). Kegiatannya meliputi pemeriksaan Tekanan darah, berat badan, tinggi badan, lingkaran perut, dan pengecekan gratis asam urat, gula darah serah kolesterol.

3. Penyuluhan Penyakit Tidak Menular

Penyuluhan kesehatan atau ceramah interaktif yang melibatkan interaksi antara fasilitator dan peserta. Fasilitator menyampaikan informasi tentang penyakit tidak menular yang sering dialami oleh lansia, tanda-tanda dan gejala penyakit yang perlu diwaspadai, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi sehingga mereka dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang topik yang disampaikan (Rohmawati & Rahmawati, 2023)

Hasil dan Pembahasan

Arah kebijakan pembangunan Indonesia dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024 adalah pembangunan berwawasan kesehatan menuju cakupan kesehatan semesta (Universal Health Coverage), dengan penguatan pelayanan kesehatan dasar dan

peningkatan Upaya promotif dan preventif. Oleh karena itu, pelaksanaan pembangunan kesehatan dilakukan dengan mengedepankan penguatan pemberdayaan masyarakat (Kemenkes, 2021). Untuk mendukung dalam integrasi pelayanan kesehatan di Posyandu Lansia maka para kader kesehatan perlu ditingkatkan terkait pengetahuan tentang penyakit tidak menular dan penggunaan alat GCU yang sudah tersedia di pos Posyandu Dukuh Patuk Lor sebagai sarana penunjang kegiatan posyandu.



Gambar 1. Kegiatan pelatihan kader

Untuk mengukur perubahan pengetahuan terkait penyakit tidak menular dan penggunaan alat GCU kami menggunakan sarana *pre-test* dan *post-test* sebagai acuannya. Proses penyuluhan ini diikuti 4 dari 5 orang kader kesehatan. Adapun nilai *pre-test* dan *post-test* dari kegiatan tersebut adalah:

Tabel 1. Hasil nilai *pre-test* dan *post-test*

Nama Kader	Nilai <i>Pre-test</i>	Nilai <i>Post-test</i>
Leginah	80	100
Dewi Lestari	70	100
Salimah	70	100
Muryani	80	100

Kegiatan pelayanan pada posyandu lansia ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal pelaksanaan posyandu tersebut (Kusumawati, 2017). Kegiatannya meliputi pemeriksaan Tekanan darah, berat badan, tinggi badan, lingkaran perut, dan pengecekan gratis asam urat, gula darah serah kolesterol.



Gambar 2. Pelayanan kegiatan posyandu lansia dan cek gula darah, asam urat dan kolesterol

Edukasi terkait PTM tidak hanya diberikan kepada kader saja, tetapi diberikan juga kepada para lansia di dusun Patuk Lor itu sendiri. Edukasi kepada para lansia dilaksanakan setelah kegiatan posyandu dan pemeriksaan gratis gula darah, kolestrol, dan asam urat. Berdasarkan penyuluhan yang telah dilaksanakan kepada lansia dukuh Patuk Lor, pengetahuan terkait PTM meningkat dibuktikan dengan para audiens yang dapat menjawab pertanyaan secara lisan.

Peningkatan keterampilan menggunakan alat GCU dilaksanakan dengan metode demonstrasi. Di mana dijelaskan terlebih dahulu terkait apa saja yang perlu disiapkan sebelum pemeriksaan dan bagaimana menggunakan alat GCU sendiri. Dari pelatihan ini didapatkan hasil yang signifikan, semua kader sudah bisa menggunakan alat GCU sendiri dan mempraktekkannya kepada sesama kader dan tim pengabdian. Pelatihan ini berguna untuk deteksi dini terhadap lansia jika terkena hipertensi, asam urat, diabetes mellitus dan kolestrol. Selanjutnya kami juga memberikan materi terkait kriteria apa saja yang menjadi perhatian untuk deteksi dini PTM.



Gambar 3. Penyuluhan PTM

Tujuan dari pelaksanaan posyandu lansia yang dilakukan secara rutin adalah untuk memungkinkan pencegahan dan pengendalian faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) yang lebih dini. Dalam konteks ini, faktor risiko PTM harus diidentifikasi dan dikelola agar tetap berada dalam kondisi yang normal. Pengelolaan faktor risiko PTM tidak hanya melibatkan penggunaan obat-obatan, tetapi juga memerlukan pendekatan holistik yang mencakup perubahan gaya hidup.

Pada tahap dini, kondisi faktor risiko PTM dapat dicegah dan dikendalikan melalui penerapan diet sehat, aktivitas fisik yang memadai, dan gaya hidup yang sehat, seperti berhenti merokok, pengelolaan stres, dan praktik-praktik positif lainnya. Melalui konseling dan edukasi yang diberikan oleh kader konselor atau edukator, pengetahuan dan keterampilan masyarakat dapat ditingkatkan dalam upaya pencegahan dan pengendalian faktor risiko PTM, sesuai dengan panduan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2012).

Namun, apabila faktor risiko PTM tidak mengalami perubahan atau membutuhkan penanganan lebih lanjut, dirujuk ke Puskesmas atau klinik menjadi langkah yang diperlukan. Hal ini untuk memastikan bahwa individu yang terkena faktor risiko PTM mendapatkan perawatan dan pengelolaan yang sesuai demi kesejahteraan dan kesehatan mereka yang lebih baik.

Simpulan

Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah sebuah usaha yang memerlukan keterlibatan aktif dan komitmen bersama dari seluruh elemen masyarakat yang peduli akan ancaman PTM. Dalam konteks ini, peran penting kader kesehatan sangat diperlukan, terutama dalam mendukung

deteksi dini risiko PTM di Dukuh Patuk Lor. Melalui konseling dan edukasi yang diberikan oleh kader konselor atau edukator, pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan faktor risiko PTM dapat ditingkatkan secara signifikan. Dengan demikian, jika ada warga yang berisiko terkena PTM, mereka dapat menerima penanganan yang lebih awal dan efektif. Hal ini mendorong upaya bersama dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup masyarakat, serta mengurangi dampak buruk PTM dalam komunitas Patuk Lor.

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini, kami ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya, kepada Masyarakat dusun Patuk Lor, Kelurahan Tirtorahayu, Kecamatan Galur, Kabupaten Kulon Progo, DIY, Bapak Dukuh Daliman, selaku kepala Dusun Patuk Lor, Bapak Agus Sujarwo, S.Ag, selaku Lurah Tirtorahayu, dan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Daftar Pustaka

- Kavit, M. A. A. A., Purnami, C. T., Agushybana, F., & Dharminto, D. (2022). Hubungan Faktor Demografi dengan Literasi Kesehatan tentang Penyakit tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 10(2), 95-105. <https://doi.org/10.14710/jmki.10.2.2022.95-105>
- Nelwan, J. E. (2022). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*.
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. S., & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1), 91-96. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i1.449>
- Rohmawati, Z., & Rahmawati, A. (2023). *Pelatihan kader posyandu lansia untuk meningkatkan ketrampilan kader dalam memberikan layanan posyandu lansia*.
- Siswanto, & Lestari, I. P. (2020). *Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko Perilaku pada Remaja*. *Pro Health*.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (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. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Warganegara, E., & Nur, N. N. (2016). *Faktor risiko perilaku penyakit tidak menular*.