

Kader Ngrame Tanggap Kesehatan di Masa Pandemi

Siti Aminah Tri Susila Estri¹, Sherly Usman²

Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya,

Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183

Email: aminah.satse@gmail.com

DOI: 10.18196/ppm.43.613

Abstrak

Posyandu lansia merupakan kegiatan masyarakat yang strategis untuk memelihara kesehatan lansia di Ngrame. Kader bersama remaja menyelenggarakan kegiatan posyandu setiap bulan yang terdiri atas kegiatan posbindu, seperti penimbangan berat badan, pengukuran tekanan darah, dan pemberian makanan tambahan. Pada masa pandemi ini, kader diharapkan mengadakan posyandu lansia dengan mengadakan kegiatan dalam kelompok kecil atau per RT. Untuk itu kader diharapkan mampu memberikan penyuluhan, pemeriksaan kesehatan dan pemeriksaan darah secara mandiri, tidak tergantung pada petugas kesehatan. Pengetahuan yang belum pernah diterima oleh kader antara lain tentang kesehatan kulit. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader untuk memeriksa darah dan pengetahuan tentang kesehatan kulit. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan ceramah dan diskusi tentang perawatan kulit, dan pelatihan pemeriksaan kadar gula kolesterol dan asam urat di darah tepi. Ceramah dan diskusi dihadiri kader kesehatan. Pelatihan pemeriksaan darah diikuti oleh 6 orang. Kegiatan ini telah menghasilkan kader yang terampil memeriksa darah kepada teman kader dan perwakilan lansia. Kegiatan ceramah dan diskusi tentang kesehatan kulit pada lansia dan pelatihan pemeriksaan darah diharapkan dapat meningkatkan kapasitas kader di Ngrame agar tetap tanggap terhadap kesehatan masyarakat di masa pandemi ini.

Kata Kunci: Lansia, kesehatan kulit, kader kesehatan, pelatihan

Pendahuluan

Mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah ibu-ibu dan remaja yang menjadi kader kesehatan di wilayah Dukuh Ngrame, Tamantirto, Kasihan, Bantul. Jumlah penduduk Ngrame 2045 jiwa, dengan 481 kepala keluarga. Jumlah penduduk pralansia yang berumur 45-59 tahun sejumlah 330 orang, lansia yang berumur 60 tahun keatas sejumlah 185 (9,08%) orang. Jadi terdapat 25,6% penduduk pralansia dan lansia dari total penduduk Dukuh Ngrame, Tamantirto. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 9,66%, sedangkan jumlah pralansia dan lansia di Indonesia mencapai 26,78%. Jumlah lansia secara nasional diperkirakan akan terus meningkat sehingga pada tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) (*Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, 2020*).

Kegiatan masyarakat yang telah dilaksanakan di Dukuh Ngrame, khususnya yang dilakukan kader kesehatan adalah menyelenggarakan posyandu balita dan lansia, yang dilaksanakan rutin setiap bulan sekali. Kegiatan posyandu lansia diikuti oleh 80 orang. Kegiatan posyandu lansia bersamaan dengan kegiatan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). Sumber daya pendukung kegiatan posyandu di Dukuh Ngrame, dikelola oleh 15 orang kader kesehatan dengan pendampingan bidan atau dokter yang tinggal di wilayah Ngrame. Alat pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol dan asam urat dimiliki oleh pedukuhan dan warga tidak ditarik biaya penggunaannya. Sedangkan PMT berasal dari dana kas pedukuhan warga Ngrame.

Kegiatan posyandu dan remaja di masa pandemi ini menjadi terhambat, karena sesuai protokol Covid-19, harus menghindari kerumunan dan selalu menjaga jarak. Posyandu lansia sudah mempunyai alat ukur kadar glukosa darah sewaktu, kolesterol darah dan asam urat, namun sampai saat ini, kader kesehatan belum mampu melakukannya. Pemanfaatan alat tersebut hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan. Pengukuran darah tidak bisa dilakukan, jika tidak ada tenaga kesehatan.

Keluhan warga lansia yang sering ditemukan oleh kader pada saat posbindu, antara lain stroke, hipertensi, diabetes atau kulit kering. Belum ada kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh kader kesehatan. Gangguan kulit yang sering menyertai orang yang mengalami stroke adalah kulit kering dan ulkus atau luka *dekubitus*. Keluhan kulit kering sering dialami lansia dan hal ini berhubungan dengan proses penuaan yang alami terjadi pada kelompok lansia. Keluhan kulit kering yang sering dialami lansia, sering disebut sebagai *xerosis*. Penelitian *systematic review* menunjukkan bahwa usia lansia lebih dari 65 tahun, ternyata mengalami berbagai masalah atau penyakit kulit, yang terdiri atas infeksi jamur (14,3%-64%), dermatitis (1%-58,7%), *xerosis* (5,4%-85,5%), tumor jinak kulit (1,7%-74,5%), dan ulkus *dekubitus* 0,3%-46%) (Hahnel *et al.*, 2017).

Pada proses penuaan terjadi penurunan kandungan lemak dan air pada lapisan terluar kulit atau *stratum korneum*, pengecilan ukuran sel sehingga menyebabkan kulit lansia cenderung kering dan tipis. Selain itu jaringan ikat kolagen pada lapisan dermis juga akan berkurang pembentukannya, sehingga menyebabkan terjadinya kekeriputan kulit (Yaar & Barbara, 2012). *Xerosis* adalah kondisi kulit yang kering dan kasar yang biasa terjadi pada orang lansia yang diduga berhubungan dengan maturasi epidermis, seperti penurunan produksi *filagrin* atau gangguan profil lipid, atau penipisan sel-sel di epidermis. *Xerosis* menimbulkan keluhan kulit kering dan kasar, terasa seperti tertarik terutama setelah mandi, kadang disertai rasa gatal sampai nyeri, dan tampak *eritem*, *skuamasi* atau *fisura*. Penatalaksanaan *xerosis* meliputi pemberian pelembab tanpa pengharum, mandi tidak terlalu lama, dengan air suhu ruang atau suhu tubuh, hindari pengharum pada pelicin pakaian, sabun cuci tangan cair dan produk pembersih antimikroba (Widaty *et al.*, 2017; Yaar & Barbara, 2012).

Ulkus *dekubitus* adalah kerusakan lokal pada kulit dan jaringan di bawahnya, akibat tekanan pada kulit tersebut, sehingga biasa terjadi pada kulit dengan penonjolan tulang di bawahnya atau berhubungan dengan tekanan alat medis atau perangkat lain. Ulkus ini terjadi akibat tekanan yang kuat, terus menerus atau disertai gesekan.⁵ Prevalensi atau kejadian ulkus bisa ditemukan pada 0,4%-28% pada tempat pelayanan akut, 2,2%-23,9% di pelayanan jangka panjang dan 0%-17% di panti wreda di Eropa dan Amerika Serikat.^{5,6} Kejadian ulkus *dekubitus* sering terdapat pada lansia berusia 70 keatas, terutama yang mengalami gangguan saraf tulang belakang atau stroke. Pasien rawat inap di RS, dengan hambatan mobilitas, akan mengalami ulkus *dekubitus* pada hari ke-3 perawatan. Kejadian ini meningkat dengan penambahan usia, jenis kelamin laki-laki, kekeringan kulit, inkontinensia urin dan feses serta status nutrisi yang kurang.^{5,6} Kedua gangguan kulit ini, *xerosis* dan ulkus *dekubitus*, sering menyebabkan kualitas hidup lansia terganggu, terutama pada aktivitas istirahat. Hal ini dapat berdampak pada kesehatan lansia secara keseluruhan atau sistemik (Yaar & Barbara, 2012).

Melihat adanya keluhan gangguan kulit dan masa pandemi ini, yang sebenarnya dapat terjadi pada lansia, termasuk kelompok lansia Dukuh Ngrame, maka perlu dilakukan pencegahan terhadap keluhan atau penyakit kulit pada lansia. Sehubungan dengan masa pandemi ini, upaya pencegahan dan penanganan awal *xerosis* dan ulkus *dekubitus* pada lansia, serta penguatan kewaspadaan terhadap Covid-19, dapat diberikan kepada kader kesehatan masyarakat dan remaja, yang selanjutnya akan meneruskan pengetahuan dan keterampilan ini kepada warga lansia atau teman sebaya, Dengan demikian diharapkan kader Ngrame dapat tangguh menjaga kesehatan warga, terutama kelompok rentan Covid-19.

Metode Pelaksanaan

Tahapan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan lansia dalam kesehatan kulit adalah sebagai berikut:

1. Pembuatan media ceramah dengan Power Point. Media ceramah tersebut diperbanyak dan dibagikan kepada peserta.
2. Ceramah dan diskusi untuk menjelaskan kesehatan kulit, gangguan kulit dan perawatan kulit pada lansia dengan sasaran semua kader kesehatan di Ngrame.
3. Pengadaan alat kesehatan untuk deteksi penyakit sistemik yang dapat menyebabkan keluhan gatal dan pembuatan media pelatihan, yaitu alat pengukur kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat darah.
4. Pelatihan kader kesehatan untuk pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol dan asam urat, dilanjutkan dengan praktik pemeriksaan darah antarkader dan kepada lansia.
5. Pemberian makanan tambahan kepada lansia oleh kader.
6. Menyebarakan kuesioner tentang perawatan kulit dan gangguan kulit pada lansia dan kader, melalui Google Form. Hasil kuesioner dianalisis secara deskriptif.

Gambaran IPTEK pada kegiatan pengabdian ini adalah:

1. Penyuluhan, diskusi dan pembagian *leaflet* tentang tentang perawatan kulit lansia dan deteksi awal gangguan kulit pada lansia dengan materi:
 - a. Proses penuaan (kulit)
 - b. Kondisi kulit lansia
 - c. Keluhan atau permasalahan kulit yang sering terjadi pada lansia
 - d. Perawatan kulit lansia sehari-hari
2. Pelatihan tentang pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat bagi kader kesehatan.
 - a. Pengertian kadar gula darah, kolesterol dan asam urat
 - b. Interpretasi hasil pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat
 - c. Penyakit yang sering terjadi pada kelainan kadar gula darah, kolesterol dan asam urat.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian untuk mencapai tujuan tersebut, dilakukan beberapa tahap kegiatan, yaitu: Tahap pertama, dilaksanakan observasi dan survei dengan kepala Dusun Ngrame dan Ketua Kader Kesehatan Ngrame, sekaligus sebagai kader posyandu lansia. Posyandu lansia selama masa pandemi ini tidak dilaksanakan, karena ada larangan melakukan kegiatan pengumpulan massa, sehingga kegiatan pengabdian ini lebih diutamakan kepada kader posyandu lansia. Hasil observasi menunjukkan terdapat beberapa kasus atau kejadian lansia mempunyai keluhan gatal, sementara kader belum pernah menerima atau mempunyai pengetahuan tentang perawatan kulit dan keluhan atau penyakit kulit yang sering terjadi pada lansia.

Tahap kedua, dilakukan pengadaan alat kesehatan untuk deteksi penyakit sistemik yang dapat menyebabkan keluhan gatal, yaitu alat periksa kadar gula darah, kolesterol dan asam urat, serta *swab alcohol*, dan sarung tangan, untuk mendeteksi penyakit diabetes dan sindrom metabolik. Pengadaan timbangan dan alat pengukur tinggi badan juga dilakukan, untuk melengkapi sarana

kegiatan posyandu lansia maupun balita yang selama pandemi ini dilaksanakan per RT. Pelaksanaan posyandu tiap RT membutuhkan sarana yang lebih banyak, karena kadang dilaksanakan pada waktu bersamaan.

Tahap ketiga, dilakukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang perawatan kulit dan keluhan gatal atau penyakit kulit yang sering terjadi pada lansia. Kegiatan ini dimaksudkan agar kader memahami tentang kesehatan dan perawatan kulit lansia, selanjutnya meneruskan pengetahuan dan keilmuan tersebut kepada lansia di Ngrame. Rangkaian kegiatan ini diharapkan mampu menurunkan kejadian keluhan gatal atau penyakit kulit pada lansia di Ngrame. Kegiatan ini dilaksanakan Kamis, 11 Februari 2021 dan dihadiri oleh 20 orang kader Kesehatan (Gambar 1.). Sebelumnya, pada Ahad 7 Februari dilakukan pelatihan cuci tangan bagi anak-anak Ngrame yang diberikan oleh mahasiswa KKN 061. Pelatihan dilakukan dengan pemberian contoh mencuci tangan sambil bernyanyi dilanjutkan praktik mencuci tangan, sambil belajar antri dengan menjaga jarak (Gambar 2.). Karena masa pandemi, jumlah peserta yang diundang pada acara ini dibatasi, sedangkan sosialisasi melalui *online* belum bisa diterima oleh sebagian besar warga Ngrame. Untuk menjaga keberlangsungan kegiatan ini, diharapkan kader mampu meneruskan atau memberikan informasi tentang kesehatan dan perawatan kulit lansia kepada lansia di wilayah RT atau binaannya masing-masing.



Gambar 1. Penyuluhan/sosialisasi Perawatan Kulit & Covid-19 bagi Kader Kesehatan Ngrame



Gambar 2. Pelatihan Covid bagi anak-anak Ngrame

Tahap keempat, dilakukan pelatihan kader untuk melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol dan asam urat untuk mendeteksi penyakit diabetes dan sindrom metabolik, sehingga kader akan mampu melakukan deteksi penyakit sistemik, yang sering dikeluhkan lansia dan berhubungan dengan keluhan gatal pada lansia. Pelatihan dilaksanakan pada hari Kamis, 11 Februari 2021, dan diikuti oleh 6 orang kader. Pelatihan ini diberikan oleh dr. Sherly Usman, MSc.

dilanjutkan dengan praktik pemeriksaan oleh kader kepada kader. Alat pemeriksaan dan perlengkapan pemeriksaan yang digunakan pada pelatihan ini merupakan alat hibah dari UMY kepada Posyandu Lansia Ngrame. Rencana tindak lanjut kegiatan ini, kader akan melakukan pemeriksaan darah kepada lansia yang mempunyai indikasi untuk diperiksa, dengan pendanaan bahan habis pakai berasal dari swadaya masyarakat.

Tahap kelima, diberikan suplemen makanan tambahan yang bermanfaat khususnya untuk kesehatan kulit, yaitu nasi sayur dan buah pada hari Jumat 26 Februari 2021. Paket nasi dimasak oleh ibu-ibu kader kesehatan dan dibagikan kepada semua lansia oleh kader bersama mahasiswa KKN 061, dengan mendatangi rumah lansia, agar tidak terjadi kerumunan (Gambar 3.). Pemberian makanan tambahan secara terus menerus, baik secara mandiri oleh keluarga atau saat kegiatan posyandu, diharapkan dapat meningkatkan kualitas gizi masyarakat terutama yang mendukung kesehatan lansia.



Gambar 3. Pembagian makanan tambahan bagi lansia

Program kegiatan pengabdian dievaluasi menggunakan kuesioner melalui Google Form yang disebarakan setelah kegiatan selesai, kepada kader kesehatan. Hasil evaluasi menunjukkan 85% kader yang mengisi kuesioner memiliki nilai lebih dari 85. Indikator lain keberhasilan program ini bisa diketahui dari komentar kader sebagai peserta kegiatan, yang menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat dan sesuai dengan kebutuhan kader untuk melaksanakan kegiatan posyandu lansia di masa pandemi, yaitu dengan melaksanakan kegiatan lebih mandiri dan dalam kelompok kecil.

Kegiatan pemberdayaan kader dan lansia melalui peningkatan pengetahuan, keterampilan dan sikap kader dan lansia di Ngrame, diharapkan dapat dijaga bahkan ditingkatkan secara kontinyu. Kegiatan pemeriksaan gula darah dan lain-lain, dapat terus dimanfaatkan setiap 2-3 bulan pada saat kegiatan posyandu lansia. Pemeriksaan tersebut dapat dilakukan secara mandiri dengan dana swadaya masyarakat untuk pembelian kit bahan habis pakai. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya lansia, tentang perawatan kulit dan pencegahan keluhan gatal atau penyakit kulit pada lansia, sehingga diharapkan dapat membiasakan perilaku masyarakat dalam mencegah kejadian penyakit kulit lansia sehari-hari.

Simpulan

Kegiatan pemberdayaan kader kesehatan telah dilakukan di wilayah Ngrame, Tamantirto, Bantul, dengan tujuan meningkatkan kemampuan dan kemandirian kader di masa pandemi Covid-19 ini. Kegiatan dilakukan dalam bentuk sosialisasi dan pelatihan tentang pengetahuan dan keterampilan perawatan kesehatan kulit lansia dan pemeriksaan darah. Keberhasilan program ini ditunjukkan dari kemampuan kader memeriksa darah kepada kader yang lain, hasil evaluasi kegiatan dan komentar kader terhadap pelaksanaan kegiatan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Lembaga Penelitian, Publikasi, dan Pengabdian Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Nomor : 546/PEN-LP3M/I/2021 yang telah memberikan dana kegiatan pengabdian ini, Bapak Dukuh Ngrame, Kader Kesehatan dan Kelompok Remaja Wisanggeni yang diwakili Ibu Siti Tuzimah yang telah bersedia menjadi mitra kegiatan pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Hahnel, E., Lichterfeld, A., Blume-Peytavi, U., & Kottner, J. (2017). The epidemiology of skin conditions in the aged: A systematic review. *Journal of Tissue Viability*, 26(1), 20–28. <https://doi.org/10.1016/j.jtv.2016.04.001>
- Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. (2020). Kementerian Kesehatan RI. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Widaty, S., Soebono, Nilasari, Listiawan, & Siswati, A. (2017). *Panduan Praktek Klinis bagi Dokter Spesialis Kulit dan Kelamin Indonesia* (Jakarta). PERDOSKI.
- Yaar, M., & Barbara, A. G. (2012). Aging of Skin. In *Fitzpatrick's Dermatology in General Medicine* (8th ed., Vol. 1, pp. 1213–1226). The McGraw-Hill Companies.