

# Lansia Tangguh Di Masa Pandemi Covid-19

**Siti Aminah Tri Susila Estri<sup>1</sup>, Sri Tasminatun<sup>2</sup>, dan Sherly Usman<sup>2</sup>**

*1.Prodi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183*

*2.Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183*

*Email: aminah.satse@gmail.com*

*DOI: 10.18196/ppm.43.637*

## Abstrak

*Lansia di RW 4, Pakuncen adalah kelompok rentan Covid-19 sehingga diharapkan tetap tinggal di rumah pada masa pandemi ini. Lansia juga rentan mengalami permasalahan kesehatan kulit. Sebagian lansia mengalami gatal, meskipun tidak sampai menyebabkan pergi ke fasilitas kesehatan. Pemeriksaan untuk mendeteksi penyakit sistemik yang berhubungan dengan keluhan gatal, seperti kadar gula darah untuk deteksi diabetes, kolesterol dan asam urat perlu dilakukan secara rutin. Pemeriksaan ini dilakukan saat kegiatan posyandu lansia oleh kader kesehatan. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang perawatan kulit dan ketrampilan pemeriksaan darah untuk mendeteksi penyakit sistemik. Kader akan meneruskan pengetahuan dan keterampilan tersebut kepada lansia.*

*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 oleh 20 orang kader dan perwakilan lansia. Pelatihan pemeriksaan darah diikuti oleh 5 orang kader kesehatan. Kegiatan ini telah menghasilkan kader yang terampil memeriksa darah kepada teman kader dan perwakilan lansia. Terdapat 83% lansia dan kader yang mempunyai pengetahuan baik tentang kesehatan dan perawatan kulit. Masyarakat menyatakan kegiatan ini dapat dikembangkan karena sesuai dengan kebutuhan masyarakat Pakuncen.*

*Kata Kunci: Lansia, Kesehatan kulit, promotive, kader kesehatan*

## Pendahuluan

Mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah sekelompok ibu-ibu yang tergabung dalam organisasi masyarakat Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di RW 4, kampung Kuncen, yang meliputi 5 RT, yaitu RT 16 sampai 21, terletak di wilayah kelurahan Pakuncen, Kecamatan Wirobrajan, Yogyakarta. Kelompok lansia di RW 4, Pakuncen adalah kelompok rentan Covid-19 yang diharapkan lebih banyak tetap tinggal di rumah. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 9,66%, sedangkan jumlah pra lansia 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 Republik Indonesia Tahun 2019, 2020).

Sementara kelompok lansia juga dapat mengalami keluhan atau permasalahan penyakit kulit. 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 penelitian tersebut menunjukkan xerosis atau pruritus menjadi permasalahan atau penyakit tersering pada lansia. Berdasar observasi di atas, diketahui bahwa sebagian lansia di RW 4 mengalami keluhan gatal, dan dari penelitian membuktikan keluhan gatal sering terjadi pada lansia, meskipun tidak sampai menyebabkan lansia pergi ke fasilitas kesehatan untuk memeriksakan keluhannya. Permasalahan berikutnya, perlu dilakukan pemeriksaan rutin untuk mendeteksi penyakit sistemik yang berhubungan dengan keluhan gatal pada lansia, seperti pemeriksaan kadar gula darah untuk deteksi diabetes, kolesterol dan asam urat. Pemeriksaan ini bisa dilakukan saat kegiatan posyandu lansia oleh kader kesehatan, tanpa menunggu petugas puskesmas datang. Berdasar hal diatas permasalahan pokok mitra adalah

bagaimana meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku lansia dalam perawatan kulit sehari-hari, sehingga keluhan gatal atau penyakit kulit lainnya dapat dicegah.

Kulit sebagai organ terbesar di tubuh dan berfungsi sebagai pelindung tubuh manusia, terdiri atas 3 lapisan utama, yaitu epidermis, dermis dan subkutis. 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).

Pruritus senilis adalah sensasi yang menimbulkan keinginan untuk menggaruk dan merupakan keluhan kulit tersering pada usia diatas 60 tahun (Rinaldo et al., 2019). Sensasi gatal pada pruritus senilis tidak diketahui penyebabnya, sehingga penegakan diagnosis pruritus senilis harus dapat menyingkirkan berbagai faktor yang dapat menyebabkan rasa gatal pada lansia (Clerc & Misery, 2017). Faktor yang menyebabkan pruritus atau rasa gatal pada lansia bervariasi, antara lain xerosis, penyakit kulit lain seperti dermatitis dan skabies, penyakit sistemik, serta penggunaan obat. Penyakit sistemik yang dapat menimbulkan keluhan gatal di kulit adalah diabetes, sindrom metabolik, gagal ginjal atau tingginya ureum darah (Chung et al., 2020). Gambaran klinis pruritus senilis ini berasal dari keluhan atau anamnesis yang menunjukkan pasien merasakan gatal, tanpa disertai adanya lesi primer kulit, namun bisa ditemukan gambaran ekskoriasi atau bekas garukan atau lesi sekunder lain. Penatalaksanaan pruritus senilis meliputi pemberian pelembab yang disertai bahan keratolitik untuk memperbaiki sawar kulit, imunomodulator topikal, serta antihistamin untuk mengurangi sensasi gatal pasien. Pasien tetap diberikan edukasi untuk menjaga hidrasi dan kelembaban kulit serta mencegah garukan (Widaty et al., 2017).

Melihat seringnya keluhan atau penyakit kulit yang sebenarnya sering terjadi pada lansia, dan di kelompok lansia PKK RW 4, maka perlu dilakukan pencegahan dan jika memungkinkan pengobatan terhadap keluhan atau penyakit kulit pada lansia. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman sehingga masyarakat dapat melakukan perawatan kulit lansia sejak awal, sehingga keluhan atau penyakit kulit lansia dapat dicegah. Dengan demikian diharapkan lansia yang harus tetap tinggal di rumah, dapat tangguh merawat tubuhnya sendiri, terutama di masa pandemi Covid-19 ini.

## **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 kader dan perwakilan lansia per RT 1-3 orang.
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 praktek pemeriksaan darah antar kader dan kepada lansia.

5. Pemberian makanan tambahan kepada lansia oleh kader.
6. Menyebarkan kuesioner tentang perawatan kulit dan gangguan kulit pada lansia dan kader, melalui googleform. Hasil kuesioner dianalisis secara diskriptif.

Gambaran IPTEK pada kegiatan pengabdian ini adalah:

1. Penyuluhan, diskusi dan pembagian leaflet tentang perawatan kulit lansia dan deteksi awal gangguan kulit pada lansia dengan materi (Chung et al., 2020):
  - 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 dengan beberapa tahap kegiatan, yaitu:

Tahap pertama, dilaksanakan observasi dan survei dengan Ketua PKK RW 04 Pakuncen sekaligus sebagai kader posyandu lansia. Posyandu lansia selama masa pandemi ini tidak dilaksanakan, karena ada larangan melakukan kegiatan pengumpulan massa, sehingga kegiatan lebih diutamakan kepada kader posyandu lansia. Kejadian lansia yang mempunyai keluhan gatal, serta tingkat pengetahuan kader dan perwakilan lansia tentang perawatan kulit dan keluhan atau penyakit kulit yang sering terjadi pada lansia. Kegiatan ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mitra.

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.

Tahap ketiga, dilakukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dan perwakilan lansia tentang perawatan kulit dan keluhan gatal atau penyakit kulit yang sering terjadi pada lansia, sehingga kader dan lansia mampu melakukan perawatan kulit sehari-hari, dengan demikian dapat menurunkan kejadian keluhan gatal atau penyakit kulit pada lansia. Kegiatan ini dilaksanakan Sabtu, 6 Pebruari 2021 dan dihadiri oleh 15 orang kader dan perwakilan lansia. Karena masa pandemi, jumlah peserta yang diundang pada acara ini dibatasi, sedangkan sosialisasi melalui *online* belum bisa diterima oleh sebagian besar warga Pakuncen (Direktorat Kesehatan Keluarga, 2020). Kegiatan ini berupa ceramah atau penyuluhan dilanjutkan dengan diskusi, seperti tampak pada Gambar 1. Penyuluhan atau ceramah dapat memberikan peningkatan pengetahuan atau menghasilkan perubahan perilaku, sehingga dapat membantu mewujudkan lansia sehat di masa tua (Sofiana & Khusna, 2019). Penyuluhan Kegiatan ini telah menambah pengetahuan lansia dan kader di Pakuncen, seperti terlihat pada hasil evaluasi melalui kuesioner.



Gambar 1. Ceramah dan Diskusi tentang Kesehatan & Perawatan Kulit Sehat

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 Jumat, 12 Pebruari 2021, dan diikuti oleh 4 orang kader. Pelatihan ini diberikan oleh dr. Sherly Usman, MSc. dilanjutkan dengan praktek pemeriksaan darah oleh kader kepada kader. Alat pemeriksaan dan perlengkapan pemeriksaan yang digunakan pada pelatihan ini merupakan alat hibah dari UMY kepada Posyandu Lansia PKK RW 4, Pakuncen. Pelatihan semacam ini dan keberhasilan pelatihan sudah dilakukan oleh pengabdian yang lain sebagai salah satu bentuk layanan swadaya masyarakat (Suharto et al., 2019). Hasil pelatihan menunjukkan kader telah mampu melakukan pemeriksaan darah kepada sesama kader dan lansia, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelatihan Pemeriksaan Darah

Tahap kelima, diberikan suplemen makanan tambahan yang bermanfaat khususnya untuk kesehatan kulit, yaitu bubur kacang hijau dengan gula sedikit dan buah-buahan, sekaligus agar gizi lansia menjadi seimbang. Bubur kacang hijau dimasak oleh ibu-ibu yang terlibat pada usaha mikro masyarakat Kencana Boga dan Guyub Pakuncen. Paket makanan tambahan dibagikan kepada semua lansia oleh kader bersama mahasiswa KKN 062, dengan mendatangi rumah lansia, agar tidak terjadi kerumunan (Direktorat Kesehatan Keluarga, 2020). Pemberian makanan tambahan berupa

makanan sehat untuk lansia telah dilakukan sebagai contoh makanan tambahan yang baik untuk lansia. Pemberian makanan tambahan yang memiliki asupan gizi yang baik, dapat mencegah masalah kesehatan serta factor risiko, seperti kulit kering, yang sering terjadi pada lansia (Sofiana & Khusna, 2019). Kegiatan ini jika dilaksanakan secara terus menerus, baik secara mandiri oleh keluarga atau saat kegiatan posyandu, diharapkan dapat meningkatkan kualitas gizi masyarakat terutama yang mendukung kesehatan lansia, seperti tampak pada Gambar 3.



**Gambar 3. Pemberian makanan tambahan**

Program kegiatan pengabdian dievaluasi menggunakan kuesioner yang berisi 7 pertanyaan melalui *Googleform* yang disebarakan setelah kegiatan selesai, kepada perwakilan lansia dan kader kesehatan di wilayah RW 4, Pakuncen. Hasil evaluasi menunjukkan 83% peserta dari 11 peserta memiliki nilai diatas 85. Hasil evaluasi juga terlihat dari komentar ketua serta kader yang menyatakan bahwa kegiatan pemberdayaan ini berjalan baik dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat di wilayah Pakuncen dan berharap dapat dilakukan kegiatan lain sesuai dengan permasalahan yang dihadapi masyarakat Pakuncen, khususnya di RW 4.

Kegiatan pemberdayaan kader dan lansia melalui peningkatan pengetahuan, keterampilan dan sikap kader dan lansia di Pakuncen, telah berhasil diterima oleh masyarakat, menambah pengetahuan jangka pendek dan menambah kapasitas kader dalam pemeriksaan darah untuk mendeteksi kelainan sistemik yang sering ditemui pada lansia. Kegiatan pemeriksaan gula darah dan lain-lain, dapat terus dimanfaatkan setiap 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, diharapkan dapat merubah perilaku masyarakat dalam mencegah kejadian penyakit kulit lansia sehari-hari.

## **Simpulan**

Kegiatan pemberdayaan kader kesehatan dan lansia telah dilakukan di wilayah Pakuncen, Yogyakarta, dengan tujuan meningkatkan kemampuan dan kemandirian kader dan lansia di masa pandemi Covid. Kegiatan dilakukan dalam bentuk ceramah dan pelatihan tentang pengetahuan dan keterampilan perawatan kesehatan kulit lansia dan pemeriksaan darah. Ceramah diikuti oleh kader dan perwakilan lansia, sedangkan pelatihan pemeriksaan darah diberikan kepada kader

kesehatan lansia. 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, Ibu PKK RW 4 Kelurahan Pakuncen, Wirobrajan, Yogyakarta yang diwakili Ibu Fera Indrayani, S. IP. yang telah bersedia menjadi mitra kegiatan pengabdian ini.

### Daftar Pustaka

- Chung, B. Y., Um, J. Y., Kim, J. C., Kang, S. Y., Park, C. W., & Kim, H. O. (2020). Pathophysiology and Treatment of Pruritus in Elderly. *International Journal of Molecular Sciences*, 22(1), 174. <https://doi.org/10.3390/ijms22010174>
- Clerc, C., & Misery, L. (2017). A Literature Review of Senile Pruritus: From Diagnosis to Treatment. *Acta Dermato Venereologica*, 97(4), 433–440. <https://doi.org/10.2340/00015555-2574>
- Direktorat Kesehatan Keluarga. (2020). *Panduan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Pada Era Pandemi Covid-19*. Direktorat Kesehatan Keluarga Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.
- 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 Republik Indonesia Tahun 2019*. (2020). Kementerian Kesehatan RI.
- Rinaldo, A., Wijayadi, L. J., & Dewi, S. M. (2019). Karakteristik kadar hidrasi kulit pada lansia di Panti Wreda Kristen Hana: Kajian terhadap pruritus. 1(2), 9.
- Sofiana, L., & Khusna, A. N. (2019). Peningkatan Edukasi bagi Lansia Sehat dan Produktif. *BERDIKARI : Jurnal Inovasi dan Penerapan Ipteks*, 7(2). <https://doi.org/10.18196/bdr.7267>
- Suharto, A., Bahiroh, S., & Ramadhan, C. S. (2019). Layanan Kesehatan Swadaya Masyarakat untuk Lansia. *BERDIKARI : Jurnal Inovasi dan Penerapan Ipteks*, 7(2). <https://doi.org/10.18196/bdr.7268>
- 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.