

Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Peningkatan Kesehatan pada Usia Lanjut di Masa Pandemi COVID-19

By Lumastari Ajeng Wijayanti

Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Peningkatan Kesehatan pada Usia Lanjut di Masa Pandemi COVID-19

Lumastari Ajeng Wijayanti^{1*}, Satria Eureka Nurseskasatmata²
1Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia, email: ajengg1612@gmail.com
2Universitas Negeri Surabaya, Indonesia, email: nsnurseskasatmata@unesa.ac.id
*Koresponden penulis

Article History:

Received: 08 Maret 2023
Revised: 25 Oktober 2023
Accepted: 25 November 2023

Keywords: Elderly, Covid-19, Health, Old Age

Abstract: Communities around the world have been living with pandemic conditions for more than a year. the elderly are still the largest contributor to death, although only 11.3% of all positive cases. These conditions indicate that efforts to deal with Covid-19 are very necessary for the elderly. Identifying the knowledge and health of the elderly in an effort to improve health in the elderly during the COVID-19 pandemic in Jemekan Kediri Hamlet. This research uses an educational method with lectures and questions and answers about Smart Seniors. Education is carried out by providing counseling and health consultations based on the results of examinations (blood pressure, cholesterol, uric acid and blood sugar) for the elderly concerned. Leaflets about SMART seniors were also given, so that the material was easy to remember and could be distributed to other elderly people or the surrounding community. Participants in this Community Service activity were attended by 64 elderly people out of 68 who were invited, the community was very active in participating in these activities and this was reflected in the attendance of 95% of participants and participating in this activity until it was finished, as well as the enthusiasm of the participants or the elderly who consulted about the results of blood pressure, blood sugar levels and individual uric acid levels. This Community Service Activity was held in Jemekan Village, Ringinrejo District, Kediri Regency at the At Taqwa Jemekan Mosque, Jemekan Hamlet, Kediri Regency (Abdurrahman Ibrahim Jemekan Foundation (YAIJ)). This activity was greeted with great enthusiasm by the elderly participants because it was the first time a medical examination and consultation was held by the Abdurrahman Ibrahim Jemekan Foundation with POLKESMA Lecturers.

Introduction

Masyarakat di seluruh dunia telah menjalani kehidupan yang beradaptasi dengan kondisi pandemi Covid-19 selama lebih dari setahun. Berbagai masalah yang menjadi tantangan muncul silih berganti, baik internal dan eksternal. Masalah internal diantaranya, seperti pengetahuan masyarakat terkait Covid-19, sikap masyarakat terhadap Covid-19

dan Vaksinasi Covid-19, serta perilaku pencarian pelayanan kesehatan terkait Covid-19 (termasuk pencarian pelayanan vaksin dan perawatan akibat Covid-19) (Margarini, 2021).

Menurut data update Kementerian Kesehatan, hingga tanggal 22 Juni 2021, terdapat 2.053.995 kasus konfirmasi Covid-19, 171.542 (8.4 %) kasus aktif, 1.826.504 (88.9 %) kasus sembuh, 55.949 (2.79 %) kasus meninggal. Adapun masyarakat yang sudah divaksinasi pertama sebanyak 24.929.442 orang, dan vaksinasi kedua sebanyak 12.769.789 orang (Margarini, 2021).

Kelompok lansia (> 60 %) masih merupakan kelompok penyumbang kematian terbanyak akibat Covid-19 (50%) walaupun hanya 11.3 % dari seluruh kasus positif yang ada. Rasio fatalitas kasus kelompok lansia juga tertinggi (12 %) dibandingkan kelompok umur lainnya, bahkan 4 kali lipat dari angka nasional. Menurut analisis kematian berdasarkan usia dan riwayat komorbid, lansia memiliki risiko 19.5 kali lipat lebih tinggi dibanding kelompok umur lainnya (Margarini, 2021).

Jumlah komorbid juga meningkatkan risiko kematian, dimana orang dengan 1 komorbid memiliki risiko 6.5 kali lipat dari orang non komorbid, 2 komorbid berisiko 15 kali lipat, dan >3 komorbid berisiko 29 kali lipat. Jenis komorbid yang paling memiliki risiko kematian, yaitu **penyakit ginjal (13.7 kali lipat), penyakit jantung (9 kali lipat) diabetes (8.3 kali lipat),** serta hipertensi dan penyakit imun (6 kali lipat). Data terbaru juga **menunjukkan adanya varian baru Covid-19 yang perlu semakin diwaspadai, seperti B.1.1.7, B.1.351, dan B.1.617.2** (Margarini, 2021).

Lansia memiliki peningkatan kondisi kerentanan (*frailty*) secara klinis, dimana terjadi ketergantungan dan/atau kematian ketika terpapar terhadap stressor. Lansia yang renta atau *frail* mudah mengalami sakit hanya dengan stresor yang ringan, dimana sakitnya dapat menjadi berat dan dirawat, serta berisiko meninggal. Adapun kerentanan atau *frailty* merupakan suatu proses yang sejalan dengan menurunnya kapasitas fungsi tubuh pada proses penuaan (Margarini, 2021).

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa **upaya penanganan Covid-19 sangat diperlukan bagi lansia agar terhindar dari risiko tertular dan bahkan ancaman terhadap jiwanya.** Strategi pemerintah untuk terus **meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menerapkan protokol kesehatan,** penerimaan vaksinasi, serta mengencangkan 6M terus dilakukan dengan harapan masyarakat hidup sehat dan terhindar dari ancaman Covid-19 (Latifah et al., 2021).

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini yakni untuk mengidentifikasi kesehatan lansia melalui pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, kadar kolesterol dan kadar asam urat, dalam upaya deteksi dini dan upaya peningkatan kesehatan pada usia lanjut di masa pandemi Covid-19 di Dusun Jemekan Kediri.

Method

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode edukasi dengan ceramah dan tanya jawab tentang Lansia SMART. Edukasi dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan konsultasi Kesehatan berdasarkan hasil pemeriksaan (pemeriksaan tekanan darah, kadar kolesterol, kadar asam urat dan kadar gula darah sesaat) terhadap individu atau lansia yang bersangkutan. Diberikan juga leaflet tentang lansia SMART, untuk peserta agar materi mudah diingat dan bisa disebarakan pada lansia lain atau masyarakat sekitar. Peserta dalam kegiatan ini adalah 64 orang lansia.



<p>TIPS MENJAGA KESEHATAN LANSIA</p> <p>Fungsi tubuh akan menurun seiring bertambahnya usia</p> <p>1. Tetap Aktif</p> <p>Mulai olahraga untuk kesehatan lansia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kesehatan • Meningkatkan produktivitas karena aktifnya, yang bisa mengurangi stress • menjaga berat badan tetap normal • Meningkatkan kesehatan tulang <p>8 RAHASIA TETAP SEHAT BUGAR, MENIKMATI SUDAH LANJUT USIA</p> <p>YUK!! Kita Cari Tahu Rahasia Kesehatan Lansia</p> <p>LANSIA SEHAT</p> <p>Proses penuaan pada manusia adalah sebuah proses yang tidak bisa ditutup-tutupi</p>	<p>Lansia Sehat, Lansia Kuat</p> <p>8 RAHASIA TETAP SEHAT BUGAR, MENIKMATI SUDAH LANJUT USIA</p> <p>YUK!! Kita Cari Tahu Rahasia Kesehatan Lansia</p>	<p>6. Menjaga ingatan tetap kuat.</p> <p>Ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk membantu ingatan tetap tajam:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktiflah secara fisik • Rutinlah berolahraga • Rutinlah berinteraksi sosial • Rutinlah beraktivitas • Rutinlah beribadah • Rutinlah berpuasa • Rutinlah bermeditasi • Rutinlah berpuasa • Rutinlah berpuasa <p>7. Melakukan pemeriksaan kesehatan dan minum obat secara rutin</p> <p>Dokter akan bisa dapat mendiagnosis penyakit, hal ini dilakukan oleh tenaga sistem imun seperti dokter ahli.</p> <p>8. Menjalani hidup bahagia</p> <p>Menjaga hubungan baik dengan orang lain</p>	<p>4. Memastikan memperoleh waktu istirahat yang cukup</p> <p>Ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk membantu ingatan tetap tajam:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rutinlah berolahraga • Rutinlah berinteraksi sosial • Rutinlah beraktivitas • Rutinlah beribadah • Rutinlah berpuasa • Rutinlah berpuasa • Rutinlah berpuasa • Rutinlah berpuasa <p>5. Menjaga hubungan baik dengan orang lain</p> <p>Menjaga hubungan baik dengan orang lain merupakan salah satu cara menjaga kesehatan lansia</p>	<p>2. Menjaga Berat Badan Ideal</p> <p>KENAPA?</p> <p>Karena, BB berlebih bisa menyebabkan risiko lebih besar penyakit Diabetes tipe 2, Tekanan darah tinggi, penyakit jantung, stroke, kanker, gangguan tidur, dan osteoporosis.</p> <p>CARANYA?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengukur pola makan • Tidak terlalu gemuk/lemas • Diikuti dengan olahraga <p>3. Mengonsumsi makanan sehat</p> <p>Pada usia lanjut, fungsi sistem kekebalan tubuh akan menurun, sehingga rentan terhadap infeksi. Untuk itu, penting bagi lansia untuk mengonsumsi makanan yang sehat.</p>
--	--	---	--	---

Result

Pengabdian masyarakat dengan tema “Pemberdayaan Masyarakat Berupa Upaya Peningkatan Kesehatan pada Usia Lanjut di Masa Pandemi COVID-19” Di Dusun Jemekan Barat RT 03 RW 01 Desa Jemekan Kecamatan Ringinrejo Kabupaten Kediri bertempat di Masjid At Taqwa Jemekan Dusun Jemekan Kabupaten Kediri (Yayasan Abdurrahman Ibrahim Jemekan (YAIJ)). Kegiatan Yayasan Abdurrahman Ibrahim Jemekan yang dilakukan selama ini adalah kegiatan keagamaan.

Pelaksanaan kegiatan pengabmas pada hari Senin, 7 Maret 2022 dengan agenda Bersama Yayasan Abdurrahman Ibrahim Jemekan mengedukasi Lansia menuju LANSIA SMART. Peserta kegiatan Pengabmas ini diikuti oleh 64 orang Lansia dari 68 yang diundang, masyarakat sangat aktif dalam mengikuti kegiatan tersebut dan hal ini tercermin dengan kehadiran peserta sebanyak 95% dan mengikuti kegiatan ini hingga selesai, serta antusiasme peserta atau lansia yang berkonsultasi tentang hasil pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah dan kadar asam urat secara individu.

Discussion

Pada masa pandemi saat ini, kelompok usia lanjut merupakan yang paling berisiko mengalami keparahan, morbiditas, dan mortalitas akibat penyakit COVID-19. Di Indonesia, angka kematian pasien COVID-19 meningkat seiring dengan usia, yaitu pada kelompok usia 45-54 tahun adalah 8%, pada kelompok usia 55-64 tahun adalah 14%, dan pada kelompok usia 65 tahun ke atas adalah 22%. Karena sebagian besar orang lanjut usia memiliki penyakit kronik atau degeneratif, dan sebagai kelompok yang sangat membutuhkan akses terhadap layanan kesehatan, pencegahan penularan COVID-19 bagi orang lanjut usia harus menjadi prioritas, baik di masyarakat maupun di fasilitas Kesehatan (Mailani et al., 2021).

Orang dewasa yang lebih tua terkena dampak fisik, mental, emosional, sosial, dan finansial oleh COVID-19 dan kecemasan mereka seputar virus, tetapi mungkin lebih oleh efek isolasi karena pembatasan untuk mencegah penyebaran virus (Cocuzzo et al., 2022)

Pada pengabdian ini didapati lansia memiliki tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi selama pengabdian. Sebagian kecil orang juga mengalami hiperglikemia, ketidakstabilan gula darah. Untuk itu lansia harus mengikuti beberapa hal terkait pencegahan penularan dan bagaimana mengoptimalkan pelayanan kesehatan di masa pandemi, seperti menjaga jarak, menerapkan gaya hidup bersih dan sehat, menggunakan

masker, istirahat dan nutrisi yang cukup. Melakukan aktivitas fisik yang cukup di rumah.

Dalam pendekatan pelayanan kesehatan pada kelompok usia lanjut sangat perlu ditekankan yang dapat menyangkut sehat fisik, psikologis, spiritual dan sosial. Hal tersebut karena pendekatan dari satu aspek saja tidak akan menunjang pelayanan kesehatan pada usia lanjut yang membutuhkan suatu pelayanan yang komprehensif. ² Akses pelayanan kesehatan yang susah diperoleh dan berkurangnya dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga atau teman. Kurangnya dukungan sosial akan mempengaruhi interaksi sosial lansia (Lina et al., 2022).

CDC di Amerika Serikat juga telah menerbitkan beberapa rekomendasi mengenai peningkatan penggunaan telemedicine dalam menanggapi pandemi COVID-19. Mereka berpendapat bahwa telemedicine adalah cara teraman untuk memberikan perawatan berkelanjutan kepada pasien sambil mengurangi penularan. Telemedicine tidak dapat menggantikan pemeriksaan fisik lengkap dan mungkin membingungkan dan luar biasa bagi pasien yang lebih tua yang menyebabkan penurunan kualitas perawatan. Oleh karena itu, pandemi menimbulkan risiko bagi kesehatan fisik bahkan ¹⁴ pada orang dewasa yang lebih tua yang tidak terkena dampak langsung COVID-19 (Rockwell & Gilroy, 2020)

Conclusion

Tinjauan literatur ini ditulis untuk membantu memberikan pemahaman tentang tantangan unik yang dihadapi lansia karena pandemi COVID-19. Secara keseluruhan, pandemi COVID-19, dan isolasi yang dihasilkan dari jarak sosial, berdampak pada lansia dengan cara di luar aspek sosial. Ulasan ini menyoroti aspek sosial dari isolasi tetapi juga menjelaskan aspek fisik, emosional, mental, dan keuangan kehidupan yang dipengaruhi oleh isolasi yang disebabkan oleh pandemi.

Dukungan untuk lansia untuk berpartisipasi dalam program bantuan keuangan dan dalam kegiatan sosial dapat membantu meringankan beberapa implikasi isolasi. Dengan vaksin menjadi lebih banyak bagian dari kehidupan, individu dapat melanjutkan kunjungan dengan orang yang mereka cintai dan kembali ke pelayanan kesehatan secara pribadi untuk kunjungan lebih teratur. Namun, meskipun vaksin dapat memberikan secercah harapan, kenyataannya adalah, kita masih jauh dari mampu menjamin kualitas hidup lansia sebelum COVID. Kita harus membina hubungan sosial dan mengurangi kecemasan di antara orang dewasa yang lebih tua untuk memberikan harapan, terlepas dari lintasan pandemi. Literatur memberikan saran yang bagus untuk meningkatkan

kesejahteraan lansia di akhir pandemi dan seterusnya.

Acknowledgements

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Dusun Jemekan Barat RT 03 RW 01 Desa Jemekan Kecamatan Ringinrejo Kabupaten Kediri serta Yayasan Abdurrahman Ibrahim Jemekan (YAIJ) yang telah bersedia bekerjasama dalam pengabdian masyarakat ini sebagai mitra. Serta rekan-rekan yang turut membantu pelaksanaan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

References

- BPS. 2019. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019. <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/20/ab17e75dbe630e05110ae53b/statistik-penduduklanjut-usia-2019.html> diakses 26 Februari 2022
- Lansia <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3547/4/Chapter%20II.pdf> diakses 21 Maret 2022
- Cocuzzo, B., Wrench, A., & O'Malley, C. (2022). Effects of COVID-19 on Older Adults: Physical, Mental, Emotional, Social, and Financial Problems Seen and Unseen. *Cureus*, 14(9). <https://doi.org/10.7759/cureus.29493>
- Latifah, N., Dimaskara, D. A., Alfiah, S., & Fajrini, F. (2021). Edukasi Kesehatan (Protokol Kesehatan 6M) Pada Ikatan Pelajar Muhammadiyah Cabang Ciputat Kota Tangerang Selatan Tahun 2021. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/download/10653/6002>
- Lina, L. F., Fredrika, L., & Angraini, W. (2022). Pemeriksaan Kesehatan Lansia pada Era Pandemi Covid-19 di Panti Sosial Tresna Werdha Provinsi Bengkulu. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 412–418. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i3.1030>
- Mailani, F., Muthia, R., Huriani, E., & Susianty, S. (2021). Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Kelompok Lansia Melati untuk Mewujudkan Lansia SMART pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Warta Pengabdian Andalas*, 28(3), 190–199. <https://doi.org/10.25077/jwa.28.3.190-199.2021>
- Margarini, E. (2021). *Tetap Sehatkan Lansia di Masa Pandemi Covid-19*.

<https://ayosehat.kemkes.go.id/tetap-sehatkan-lansia-di-masa-pandemi-covid-19>

Margarini, E. (2021). Tetap Sehatkan Lansia di Masa Pandemi Covid-19.

<https://ayosehat.kemkes.go.id/tetap-sehatkan-lansia-di-masa-pandemi-covid-19>

Nasir, S. 2015. *Indonesia at 70: Prepare for ageing population.*

<https://www.thejakartapost.com/news/2015/08/15/indonesia-70-prepare-agingpopulation.html> diakses 26 Februari 2022

Rockwell, K. L., & Gilroy, A. S. (2020). Incorporating telemedicine as part of COVID-19 outbreak response systems. *The American Journal of Managed Care*, 26(4), 147–148.

<https://doi.org/10.37765/ajmc.2020.42784>

Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Peningkatan Kesehatan pada Usia Lanjut di Masa Pandemi COVID-19

ORIGINALITY REPORT

15%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	ojs.umrah.ac.id Internet	30 words — 2%
2	pdfs.semanticscholar.org Internet	24 words — 1%
3	webblogkkn.unsyiah.ac.id Internet	22 words — 1%
4	Erma Nur Fauziandari, Amri Wulandari. "Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat dalam Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Penerapan PHBS selama Pandemi Covid 19 di Belitang", Journal of Community Engagement in Health, 2021 Crossref	16 words — 1%
5	Dwita N. Halim, Vonny N. S. Wowor, Dinar A. Wicaksono. "Status Gizi pada Lansia Pengguna dan Bukan Pengguna Gigi Tiruan", e-GiGi, 2021 Crossref	14 words — 1%
6	dharmabakti.respati.ac.id Internet	12 words — 1%
7	www.tribunnews.com Internet	12 words — 1%

8	www.kompas.com Internet	11 words — 1%
9	ejournalmalahayati.ac.id Internet	10 words — 1%
10	www.locus.ufv.br Internet	10 words — 1%
11	Devi Ratnawati, Morina Adfa, Eni Widiyati. "PRODUKSI BRIKET DAN KOMPOS DARI LIMBAH CANGKANG DAN TANDAN KOSONG KELAPA SAWIT DI DESA GIRI MULYA BENGKULU UTARA", Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS, 2018 Crossref	9 words — 1%
12	sipeg.unj.ac.id Internet	9 words — 1%
13	Sofyawati D. Talibo, Novian Swasono Hadi, Fatmayanti Nawai, R. Ayu Cahyaning Alam. "PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SERTA MENGONSUMSI MAKANAN BERGIZI DAN SEIMBANG UNTUK PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19", JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 2022 Crossref	8 words — < 1%
14	es.scribd.com Internet	8 words — < 1%
15	journal.ummat.ac.id Internet	8 words — < 1%
16	wartaandalas.lppm.unand.ac.id Internet	8 words — < 1%

17

Internet

8 words — < 1%

18 Riyanto, Islamiyati, Herlina. "Pemberdayaan Kader Posyandu melalui Peningkatan Pengetahuan Deteksi Dini Ibu Hamil Resiko Tinggi dan Keterampilan Pengukuran Tekanan Darah dan Lingkar Lengan Atas di Keurahan Tejosari Kecamatan Metro Timur", BANTENESE : JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT, 2020

Crossref

19 Int. Criminal Tribunal former Yugos. "Judicial Reports / Recueils judiciaires 1997 Volume 3", Brill, 2004

Crossref

20 Niko Falatehan, Denilson Denilson. "Effectiveness of Control Time on Behavioral Changes in Complete Denture Cleaning among Elderlies", e-GiGi, 2022

Crossref

21 Restu Anuar, Dika Rizki Imani, Siti Nadhir Ollin Norlinta. "Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Kebugaran Lansia Dalam Masa Pandemi Covid-19 : Narrative Review", FISIO MU: Physiotherapy Evidences, 2021

Crossref

EXCLUDE QUOTES ON

EXCLUDE SOURCES OFF

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE MATCHES OFF