

Original Research Paper

Sosialisasi Resiko Penyakit Degeneratif dan Upaya Pencegahan Melalui Deteksi Sindrom Metabolik Pada Lansia Gempur Majeluk Kota Mataram

Aini¹, Syamsuriansyah¹, Rizal Pratama Adi Putra¹, Agus Supinganto², Alfi Maulana³, Siti Zaetun⁴

¹ Politeknik Medica Farma Husada Mataram

² Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan YARSI Mataram

³ Pendidikan Profesi NERS Politeknik Kesehatan Kemenkes Mataram

⁴ D4 Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Kemnekes Mataram

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmi.v6i4.5977>

Sitasi : Aini., Syamsuriansyah., Putra, R. P. A., Supinganto, A., Maulana, A., & Zaetun, S. (2023). Sosialisasi Resiko Penyakit Degeneratif dan Upaya Pencegahan Melalui Deteksi Sindrom Metabolik Pada Lansia Gempur Majeluk Kota Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(4)

Article history

Received: 4 Oktober 2023

Revised: 01 November 2023

Accepted: 02 November 2023

*Corresponding Author: **Aini**,
Program Studi DIII Teknologi
Laboratorium Medis Politeknik
Medica Farma Husada
Mataram. Indonesia, Email :
ainie.mfh@gmail.com

Abstract: Merupakan penduduk beresiko tinggi untuk terjadinya berbagai penyakit degeneratif dikarenakan Lansia memiliki faktor risiko yang lebih tinggi dari kelompok lainnya. Penyakit degeneratif yang sering terjadi pada lansia seperti hipertensi diabetes melitus dan komplikasi akhir dari penyakit penyakit tersebut seperti gagal ginjal dan penyakit jantung koroner. Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai faktor predisposisi atau penyebab penyakit degeneratif merupakan penyebab terjadinya berbagai komplikasi pada lansia. Teknik yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan skrining penyakit degeneratif melalui deteksi sindrom metabolik. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dengan memberikan pengetahuan tentang skrining penyakit degeneratif melalui deteksi sindrom metabolik. Target dari kegiatan ini adalah lansia anggota kelompok gempur di Desa majeluk Kota Mataram.. Hasil sosialiasasi menunjukkan bahwa dari 40 anggota kelompok lansia diperoleh nilai rata-rata jawaban pretest adalah 3,1 dan rata rata skor jawaban setelah post test adalah 6,1. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata setelah post test adalah sebesar 3.

Keywords: Lansia, Penyakit degenerative, Sindrom metabolik.

Pendahuluan

Lansia merupakan tahap akhir perkembangan manusia yang untuk terjadi berbagai macam penyakit salah satunya penyakit generatif seperti hipertensi dan diabetes melitus serta penyakit-penyakit lain (1). Muara akhir atau komplikasi dari penyakit degeneratif awal yang ditimbulkan oleh hipertensi dan diabetes melitus seperti stroke gagal ginjal dan penyakit jantung koroner.

Pentingnya dilakukan sosialisasi ini karena penyakit penyakit tersebut terjadi banyak

disebabkan karena ketidaktahuan sehingga dibutuhkan upaya preventif dalam bentuk pengetahuan untuk mencegah terjadinya penyakit degenerative (2). Deteksi yang mungkin dilakukan adalah dengan screening penyakit degeneratif melalui pemeriksaan sindrom metabolik sebagai deteksi dini sebelum menuju penyakit degenerative (3). Pentingnya kegiatan ini yang Tujuannya adalah untuk mencegah mencegah terjadinya morbiditas dan mortalitas sehingga kualitas hidup lansia menjadi lebih baik (4). Banyak kejadian yang terjadi di masyarakat bahwa penyakit tersebut disadari setelah dalam kondisi parah menimbulkan

komplikasi yang akan berujung pada peningkatan morbiditas dan mortalitas yang dapat menurunkan kemampuan lansia untuk beraktivitas (5).

Pengetahuan awal sangat dibutuhkan dan akan mempengaruhi sikap dalam upaya untuk pencegahan preventif terhadap penyakit degeneratif(6). Pengetahuan terhadap adanya penyakit degeneratif mutlak dibutuhkan sehingga upaya pencegahan dapat dilakukan agar tidak berujung pada komplikasi seperti stroke gagal ginjal dan penyakit jantung coroner (7).

Kelompok lansia gempur merupakan kelompok lansia yang berada di desa majeluk kota Mataram yang memiliki anggota cukup banyak kelompok lansia gempur merupakan kelompok yang sangat aktif dengan berbagai kegiatan seperti olahraga dan kegiatan lain. Kegiatan ini menjadi sangat efektif untuk dilakukan karena selain sebagai modal dasar untuk pengetahuan lansia juga dapat memberikan gambaran informasi bagi lansia lain yang belum tergabung dalam kelompok.

Secara umum tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah sosialisasi mengenai berbagai penyakit degeneratif yang sering timbul pada seluruh masyarakat secara umum dan pada lansia secara khusus seperti hipertensi diabetes melitus. Pengetahuan dibutuhkan dalam rangka pencegahan untuk penyakit degeneratif tersebut dan untuk yang sudah terkena penyakit degeneratif pencegahan dalam upaya mencegah menuju komplikasi seperti stroke gagal ginjal kronik penyakit jantung koroner.

Pada sosialisasi ini juga dijelaskan mengenai cara pencegahan penyakit metabolik dengan melakukan skrining melalui deteksi sindrom metabolik. Sindrom metabolik digunakan sebagai screening awal untuk mengetahui indikasi menuju penyakit degeneratif. Sindrom metabolik didefinisikan sebagai pemeriksaan rutin yang menemukan tiga dari lima gejala yaitu pemeriksaan kadar kolesterol, pemeriksaan lingkaran pinggang, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah. Apabila menemukan tiga dari lima gejala maka dapat didefinisikan sebagai indikasi menuju sindrom metabolik. Kejadian sindrommetabolik akan berpotensi menjadi penyakit metabolik seperti penyakit degeneratif yaitu diabetes hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga kegiatan sosialisasi ini menjadi sangat dibutuhkan dalam Upaya memberikan pemahan yang betujuan agar lansia memahami cara deteksi dan pengelolaan penyakit degenerative.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan metode ceramah yang diberikan kepada seluruh anggota kelompok lansia. Sebelum mulai sosialisasi anggota kelompok lansia diberikan kuesioner melalui wawancara tentang pemahaman penyakit dgeneratif, jenis penyakit degenerative, cara pencegahan dan penanganan untuk yang sudah terdiagnosis penyakit degenerative.. Setelah pemberian materi pada tahap akhir dilakukan pemberian post tes untuk mengukur serapan peserta / anggota kelompok lansia terhadap materi yang telah diberikan (8)(9). Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Februari Tahun 2021

Susunan tata pelaksanaan pengabdianmeliputi:

1. Pemberian pretest tanya jawab tentang penyakit degeneratif yang dilakukan oleh tim
2. Sosialisasi tentang penyakit degratif oleh pemateri
3. Skrining penyakit degeneratif dengan pembelian materi sindrom metabolik
4. Tanya jawab tentang post melalui wawancara untuk setiap peserta
5. Pemberian hadiah untuk peserta dengan nilai pretest dan post test terbaik

Tabel 1. Rincian Materi Kegiatan

No	Materi Kegiatan	Penyaji	Hari I,
1	Pemberian pretest,	Alfi Maulana, Str, Kep Ners, SKM dan tim	10.00-selesai
2	Materi penyakit degeneratif	Dr Agus Supinganto	10.30 selesai
3	Materi sindrom metabolik	Aini, S.Si., M.Si	11.00-selesai
4	Post Test	Alfi Maulana, Str, Kep Ners, SKM dan tim	11.30-selesai
5	Pameriksaan Tensi, lingkaran pinggang, kolesterol, gula darah.	Seluruh tim	11.30-selesai

Hasil dan Pembahasan

Kelompok lansia gempur merupakan kelompok yang beranggotakan lansia di Desa majeluk Kota Mataram. Umur lansia pada kelompok lansia gempur berkisar antara 47 sampai

60 tahun. Jumlah anggota kelompok lansia Gempur 40 orang

Tujuan diadakannya sosialisasi ini sesuai dengan tujuan awal yaitu tentang sosialisasi resiko penyakit degeneratif dan skrining melalui untuk deteksi. Setelah mengikuti kegiatan ini Diharapkan seluruh anggota kelompok lansia dapat memahami jenis penyakit degeneratif, risiko penyakit degeneratif yang dapat menjadi penyakit komplikasi. ditujuakn untuk deteksi petanda untuk mengetahui atau deteksi penyakit degeneratif melalui sindrom metabolik. Screening adalah bahwa apabila lansia melaksanakan tiga dari lima gejala pertanda sindrom metabolik maka harus dapat waspada agar tidak berubah menjadi penyakit metabolik atau penyakit degeneratif. Untuk lansia yang sudah terkena penyakit tertentu seperti penyakit degeneratif hipertensi dilakukan penyuluhan juga tentang pengelolaan yang Tujuannya adalah untuk mencegah komplikasi dan mencegah morbiditas pada lansia secara keseluruhan seluruh lansia sangat semangat untuk mengetahui dan mendengar penjelasan tentang penyakit degeneratif.

Teknik pelaksanaan pengabdian yaitu pada tahap awal diberikan kuesioner yang dilakukan dengan cara wawancara untuk lansia yang dilakukan oleh tim pengabdian. Pada tahap akhir setelah dilakukan penyuluhan atau sosialisasi diberikan post test dengan sistem pemberian pertanyaan yang sama. keberhasilan dari kegiatan sosialisasi ini diukur dengan menghitung nilai rata-rata pretest dan post test untuk masing-masing peserta sosialisasi

Penyakit degeneratif atau juga dikenal dengan penyakit tidak menular adalah berbagai penyakit yang terjadi dengan beberapa jenis penyakit seperti hipertensi diabetes melitus. Hasil skrining awal menunjukkan bahwa rata-rata hampir seluruh lansia merasakan beberapa gejala dari 5 gejala pertanda sindrom metabolik.

Sindrom metabolik dikategorikan sebagai Apabila seseorang menderita 3 indikasi dari lima indikasi yaitu perubahan pada lingkaran pinggang peningkatan tekanan darah atau hipertensi peningkatan kadar kolesterol atau peningkatan kadar gula darah. Pada beberapa tempat lain mendefinisikan juga sindrom metabolik dengan definisi yang berbeda akan tetapi secara umum apabila memiliki beberapa gejala atau tiga gejala dari 5 gejala indikasi maka sudah termasuk dalam

sindrom metabolik yang sangat berpotensi untuk menjadi penyakit degeneratif.



Gambar 1 Screening sindrom metabolik/ penyakit degeneratif



Gambar 2. Kegiatan pretest/ post test



Gambar 3 kegiatan penyuluhan/ pemberian

Kesimpulan

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa dari 40 anggota kelompok lansia diperoleh nilai rata-rata jawaban pretest adalah 3,1 dan rata rata skor jawaban setelah post test adalah 6,1. Dapat

disimpulkan bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata setelah post test adalah sebesar 3.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih tim pengabdian sampaikan kepada kelompok lansia gempur majeluk Kota Mataram, LPPM Politeknik Medika Farma Husada Mataram, LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yarsi Mataram.

Daftar Pustaka

- Kusumo MP. Buku Lansia. Buku Lansia [Internet]. 2020;(June):64. Available from: <https://id1lib.org/book/17513624/1d56ea>
- Mighra BA, Djaali W. Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Penyakit Degeneratif di Wilayah Kampung Tengah Kramat Jati. *J Pemberdaya Komunitas MH Thamrin*. 2020;1(2):52–9.
- Rismayanthi C, Sudibjo P, Arovah NI, Apriyanto KD. Penyuluhan Aktivitas Fisik Dan Screening Parameter Sindrom Metabolik Pada Populasi Lansia. *Medikora*. 2019;18(1):33–9.
- Aini A, Nuratikah N, Ustiawaty J, Sriasih M. Pemeriksaan Kesehatan untuk Deteksi dan Pengelolaan Diabetes Mellitus dan Hiperkolestrol. *J Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 2021;4(2):0–4.
- Rahayu D, Irawan H, Santoso P, Susilowati E, Atmojo DS, Kristanto H. Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *J Peduli Masy*. 2021;3(1):91–6.
- Pérez A. No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析 Title. *BMC Public Health* [Internet]. 2017;5(1):1–8. Available from: <https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/siklus/article/view/298><http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://dx.doi.org/10.1016/j.jana.2015.10.005><http://www.biomedcentral.com/1471-2458/12/58><http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&P>
- Handayati A, Anggraini AD, Roaini S. Hubungan Kadar Glukosa Darah Dengan Jumlah Eritrosit Dan Jumlah Leukosit Pada Penderita Diabetes Melitus Baru Dan Lama. *Pros Semin Nas*
- Kesehat Politek Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya. 2020;(7):1–7.
- Aini, Made Sriasih. Sosialisasi Pemahaman Budaya 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, Dan Rajin) di Pt Narmada. *J Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 2021;4(4):519–23.
- Iswara W, Gunawan A, Dalifa D. Pengaruh Bahan Ajar Muatan Lokal Mengenal Potensi Bengkulu Terhadap Hasil Belajar Siswa. *J PGSD*. 2018;11(1):1–7.