

Skrining dan Penyuluhan Penyakit Tidak Menular sebagai Inisiasi Program Posyandu Lansia di Kecamatan Turi, Sleman

¹Fadilla Riesty, ¹Angga Ardhan Derryawan, ¹Fanny Anggiastuti Fatima, ¹Hanintya Fildza Adhani, ¹Muhammad Yusuf Ilham, ¹Ramadhania Afifah Putri, ²Fathia M Sekaringtyas, ²Putri Nur Khodijah, ^{3*}Titik Kuntari

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

²Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

^{3*}Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding Author

Jl. Kaliurang KM 14,5, Sleman, Yogyakarta 55584

E-mail: 017110426@uii.ac.id

Abstrak

Perubahan gaya hidup, kemajuan teknologi dan transisi demografi menyebabkan peningkatan insidensi penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi dan diabetes mellitus merupakan dua PTM yang paling sering ditemukan dan berkaitan erat dengan berbagai permasalahan kesehatan lain, seperti stroke, gangguan jantung, penyakit ginjal dan bahkan kematian. skrining dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan serta keberhasilan terapi perlu terus dilakukan. Pedukuhan Dadapan dan Selowangan di Kabupaten Sleman saat ini belum memiliki posyandu lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk skrining dan edukasi tentang PTM kepada masyarakat di daerah tersebut. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah sewaktu (GDS) dan lingkaran perut terhadap 49 lansia yang hadir. Pemberian edukasi tentang PTM dilakukan dengan cara penyuluhan. Kegiatan ini melibatkan tenaga kesehatan Puskesmas Turi, perangkat desa dan kader kesehatan agar kegiatan dapat ditindak lanjuti dengan baik. Kami memberikan bantuan sumbangan alat kesehatan agar dimanfaatkan pada kegiatan berikutnya. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 73,3% lansia mengalami hipertensi. Tiga lansia (6,1%) terdiagnosis hiperglikemia. Sekitar 42,9% lansia memiliki lingkaran perut lebih dari rerata normal dan memiliki risiko tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan. Lansia yang terdiagnosis hipertensi atau diabetes mellitus (DM) atau memiliki risiko tinggi selanjutnya diberikan surat rujukan untuk melakukan pemeriksaan dan terapi dari puskesmas Turi. Kegiatan ini diharapkan ditindaklanjuti dengan pembentukan posyandu lansia di wilayah tersebut.

Kata kunci: diabetes mellitus; hipertensi; penyakit tidak menular; skrining

Abstract

Lifestyle changes, technological advances and the demographic transition have increased the incidence of non-communicable diseases (NCDs). Hypertension and diabetes mellitus are the two most common NCDs and are closely related to various other health problems, such as stroke, heart problems, kidney disease and even death. Screening and education must be carried out continuously to improve knowledge and therapeutic success. Dadapan and Selowangan hamlets in Sleman Regency currently

do not have an elderly posyandu. Community service activities are carried out for screening and education about NCDs in the community in the area. Health checks include measuring blood pressure, blood sugar (GDS) and abdominal circumference of 49 elderly people who attend. Providing education about NCDs is done through counselling. This activity involved Turi Health Center health workers, village officials and health cadres so that activities could be followed up appropriately. We provided donations of medical equipment to be utilized in the next activity. The examination results showed that 73.3% of the elderly had hypertension. Three elderly (6.1%) were diagnosed with hyperglycemia. About 42.9% of the elderly had more abdominal circumference than the average and had a high risk of health problems. Elderly diagnosed with hypertension or DM or high risk are then given a referral letter for examination and therapy from the Turi health centre. This activity is expected to be followed up with establishing an elderly posyandu in the area.

Keywords: diabetes mellitus, hypertension; non-communicable disease; screening

PENDAHULUAN

Peningkatan harapan hidup dan perubahan perilaku serta transisi demografi memicu terjadinya transisi epidemiologi. Badan kesehatan dunia (WHO) mencanangkan tahun 2020-2030 merupakan “Dekade Penuaan Sehat”. Terdapat lebih dari satu milyar penduduk dunia berusia di atas 60 tahun. Proses penuaan berjalan cepat sehingga problem kesehatan berkaitan dengan proses degenerative mengalami peningkatan (Ruthsatz & Candeias, 2020).

Hipertensi dan diabetes mellitus merupakan dua penyakit tidak menular yang paling banyak terjadi dan berhubungan dengan tingginya morbiditas serta mortalitas. Penyakit tidak menular di Indonesia didominasi oleh beberapa penyakit seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, dislipidemia, obesitas, penyakit ginjal, paru dan keganasan. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian penyakit tersebut mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013 (Purnamasari, 2018).

Hipertensi banyak dialami oleh lansia. Kurang lebih satu dari tiga lansia mengalaminya. Pengukuran tekanan darah serta penatalaksanaan yang baik pada lansia yang mengalami hipertensi sangat penting untuk dilakukan. Hipertensi berkaitan erat dengan gangguan kesehatan yang lain, seperti stroke, gangguan jantung, ginjal dan juga kematian. Pengendalian tekanan darah agar senantiasa terkontrol merupakan langkah penting yang harus dilakukan. Menjaga agar tekanan darah sistolik berada di bawah 130 mmHg terbukti menurunkan risiko kardiovaskuler, apalagi pada pasien lansia yang memiliki komorbid seperti diabetes mellitus, gagal jantung atau riwayat stroke sebelumnya (Setters & Holmes, 2017; Zhang & Cai, 2022).

Berbagai studi epidemiologi menunjukkan bahwa insidensi dan prevalensi diabetes mellitus dunia terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2014, sekitar 8,5% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami diabetes. Diabetes merupakan penyebab langsung 1,5 juta kematian pada tahun 2019, dan 48%-nya terjadi di bawah usia 70 tahun. Diabetes juga berkaitan dengan 460.000 kematian karena gangguan ginjal dan 20% kematian karena penyakit kardiovaskuler. Usia kematian pada 2019 mengalami penurunan sebanyak 3% dibandingkan tahun 2000. Angka kematian karena diabetes di negara berkembang mengalami kenaikan sebanyak 13% (World Health Organization, 2023).

Peningkatan insidensi penyakit tidak menular dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut antara lain gaya hidup sedentary, pola konsumsi makanan, keturunan, dan faktor perilaku lainnya. Penatalaksanaan penyakit tidak menular juga tidak mudah. Dibutuhkan keinginan yang kuat dan komitmen untuk menjalani terapi dan perubahan gaya hidup. Karena itu, upaya promosi dan preventif sangat diperlukan. Diperlukan dukungan dari banyak pihak untuk bersama mengatasi permasalahan penyakit tidak menular. Permasalahan lain terkait dengan penyakit tidak menular adalah rendahnya akses masyarakat untuk mendapatkan layanan skrining untuk deteksi dini, selain untuk mendapatkan terapi yang tepat dan terjangkau (Purnamasari, 2018; Rawitr et al., 2021; Ruthsatz & Candeias, 2020; The Lancet, 2020).

Posyandu Lansia merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan usia lanjut. Posyandu Lansia bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku positif, serta meningkatkan mutu dan derajat kesehatan lansia. Diperlukan kemauan yang kuat bagi lansia dalam mengikuti kegiatan Posyandu yang diadakan rutin oleh kader Posyandu (Suseno, 2012). Perilaku aktif dalam mengikuti kegiatan Posyandu Lansia dapat meminimalkan permasalahan kesehatan lansia yang muncul akibat proses penuaan, karena penyakit dapat dideteksi lebih dini dan mendapatkan penanganan yang tepat.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk melakukan skrining penyakit tidak menular, terutama DM dan hipertensi pada lansia di Dukuh Dadapan dan Selowangan, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman dengan pemeriksaan kesehatan. Penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang penyakit DM dan hipertensi. Karena belum memiliki Posyandu lansia, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi Langkah awal pendirian Posyandu Lansia di dua pedukuhan tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Pedukuhan Dadapan dan Selowangan, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta pada bulan Agustus 2022. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh lansia yang tinggal di kedua pedukuhan tersebut.

Pelaksanaan program posyandu lansia ini dilaksanakan di Pedukuhan Dadapan dan Selowangan, Turi pada 13 Agustus, 2022. Program ini menjadi salah satu program inisiasi di Pedukuhan Dadapan karena sebelumnya belum ada posyandu lansia yang berjalan di pedukuhan ini. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan lansia melalui skrining dini Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu hipertensi dan diabetes melitus.

Kegiatan dihadiri oleh 49 orang lansia yang berasal dari 7 RT di wilayah tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode pencatatan biodata, pemeriksaan fisik dan laboratorium sederhana, serta pemberian edukasi. Pemeriksaan fisik meliputi pengukuran tekanan darah serta lingkaran perut (Gambar 1). Pemeriksaan laboratorium meliputi kadar glukosa darah pada hampir semua lansia dan kolesterol pada sebagian lansia. Kadar glukosa darah dan kolesterol diukur menggunakan alat *EasyTouch GCU 3 in 1*. Pemberian edukasi tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) dilakukan dengan cara penyuluhan (Gambar 2).

Kegiatan ini melibatkan petugas kesehatan Puskesmas Turi, tokoh masyarakat dan kader kesehatan di wilayah tersebut. Akhir kegiatan ditutup dengan pemberian alat pengecekan kesehatan. Alat tersebut diharapkan dapat bermanfaat untuk melakukan monitoring dan skrining penyakit pada masyarakat pedukuhan Dadapan dan Selowangan.



Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah dan gula darah



Gambar 2. Penyuluhan tentang penyakit tidak menular

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan tensi pada lansia di Pedukuhan Dadapan dan Selowangsan (tabel 1) menunjukkan bahwa dari 49 lansia yang hadir, 31 orang (73,3%) di antaranya mengalami hipertensi grade I dan II. Hanya 12,2% lansia yang hadir yang memiliki tekanan darah normal. Hal ini menunjukkan bahwa kejadian hipertensi pada lansia cukup tinggi di Pedukuhan Dadapan. Sementara itu, hasil pemeriksaan gula darah pada lansia menunjukkan bahwa dari 49 lansia yang hadir, tiga orang di antaranya mengalami hiperglikemia (GDS >200 mg/DL) dan dua orang mengalami hipoglikemia (GDS <70 mg/DL).

Tabel 1. Hasil skrining tekanan darah dan gula darah lansia pedukuhan Dadapan dan Selowangsan, Kecamatan Turi

No	Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	- Laki-laki	19	38,8
	- Perempuan	30	61,2
2	Alamat tinggal		

No	Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
	- RT 1	9	18,4
	- RT 2	3	6,1
	- RT 3	9	18,4
	- RT 4	8	16,3
	- RT 5	10	20,4
	- RT 6	8	16,3
	- RT 7	2	4,1
3	Tekanan darah		
	- Normal	6	12,2
	- Pre hipertensi	12	24,5
	- Hipertensi grade I	19	38,8
	- Hipertensi grade II	12	34,5
4	Gula darah sewaktu		
	- hipoglikemia	2	4,1
	- hiperglikemia (≥ 200)	3	6,1
	- normal (70- <200)	43	87,8
	- Tidak diukur	1	2,0
5	Lingkar perut		
	- Lebih dari normal	21	42,9
	- Normal	27	55,1
	- Tidak diukur	1	2,0

Lansia yang hadir dalam kegiatan ini selanjutnya mendapatkan edukasi tentang hipertensi dan diabetes. Edukasi menjadi intervensi yang penting bagi masyarakat, khususnya pasien hipertensi, diabetes mellitus ataupun keluarganya. Materi terkait perubahan perilaku harus diberikan kepada masyarakat (Li et al., 2018). Penelitian menunjukkan bahwa penatalaksanaan non farmakoterapi merupakan bagian dari penatalaksanaan yang efektif. Latihan aerobik, latihan isometrik, konsumsi garam rendah natrium dan tinggi kalium, modifikasi gaya hidup yang komprehensif, kontrol pernapasan, dan meditasi dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Untuk pasien dengan hipertensi, menunjukkan bahwa intervensi tersebut efektif untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik yang lebih besar dibandingkan perawatan biasa. Pada pasien *overweight* atau obesitas, diet rendah kalori dan diet rendah kalori ditambah olahraga dapat menurunkan lebih banyak tekanan darah daripada olahraga saja (Fu et al., 2020).

Dukungan sosial menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan terapi pada pasien yang mengidap penyakit kronis. Dukungan sosial dapat diberikan dari lingkungan sekitar seperti keluarga, tetangga, kader, petugas kesehatan dan pemerintah. Dukungan dan sikap dari lingkungan terdekat, yaitu keluarga dan masyarakat di sekitarnya, akan berpengaruh kepada penerimaan terhadap penyakit yang diidap, keberlanjutan terapi, stressor psikologis dan keberhasilan pengobatan (Boonyathee et al., 2021; Higa et al., 2021; Pesantes et al., 2018). Edukasi yang melibatkan keluarga diharapkan akan meningkatkan dukungan keluarga. Pembentukan kelompok sebaya, posyandu atau Pos Binaan Terpadu (posbindu) diharapkan akan menguatkan dukungan sosial.

Hasil pemeriksaan pada lansia di Pedukuhan Dadapan dan Selomangsan juga menunjukkan bahwa 42,9 orang memiliki lingkar perut di atas normal. Nilai lingkar perut menunjukkan adanya penambahan massa lemak abdominal. Ini berkaitan dengan adanya penumpukkan di area sub-cutan dan intra-abdomen. Pengukuran

lingkar perut penting untuk memprediksikan risiko gangguan metabolik, misalnya peningkatan tekanan darah, dislipidemia dan hiperglikemia serta luaran lain seperti diabetes, penyakit jantung dan kematian. Pengukuran lingkar perut merupakan pengukuran vital yang harus dilakukan dalam pemeriksaan klinis (Hjorth et al., 2023; Klein et al., 2007; Ross et al., 2020; Wan et al., 2020).

Hasil pemeriksaan yang dilakukan di Pedukuhan Dadapan dan Selowangan diharapkan ini dapat menjadi langkah awal untuk peningkatan kesehatan lansia di kedua pedukuhan dengan skrining dini Penyakit Tidak Menular. Kegiatan ini diharapkan dapat memetakan kondisi kesehatan lansia di dua pedukuhan tersebut sehingga tindak lanjut dan penatalaksanaan yang tepat dapat segera dilakukan. Lansia yang pada kegiatan ini teridentifikasi mengalami hipertensi atau diabetes mellitus, ataupun memiliki risiko tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan akan dirujuk ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan terapi. Selain itu, program ini menjadi langkah awal berjalannya posyandu lansia di wilayah tersebut. Para kader juga diberikan rekomendasi untuk dapat membentuk Posbindu.

KESIMPULAN

Sebagian lansia di Pedukuhan Dadapan dan Selowangan memiliki risiko untuk mengalami penyakit tidak menular. Sebanyak 73,3% lansia terdeteksi mengalami hipertensi, 6,1% hiperglikemia. Selain itu, 42,9% lansia memiliki risiko tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan metabolik karena memiliki lingkar perut di atas normal. Selanjutnya, upaya deteksi dini, promosi dan preventif harus terus dilakukan, antara lain dengan pelaksanaan posyandu lansia. Lansia yang teridentifikasi memiliki masalah PTM harus mendapatkan penatalaksanaan yang tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada warga, kader kesehatan dan pemuka masyarakat Pedukuhan Dadapan dan Selowangan, kepala dan tenaga kesehatan Puskesmas Turi yang sudah memberikan izin dan bekerjasama sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Universitas Islam Indonesia yang sudah memfasilitasi dan mendanai kegiatan pengabdian ini sebagai salah satu bentuk pelaksanaan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM).

DAFTAR PUSTAKA

- Boonyathee, S., Seangpraw, K., Ong-Artborirak, P., Auttama, N., Tonchoy, P., Kantow, S., Bootsikeaw, S., Choowanthanapakorn, M., Panta, P., & Dokpuang, D. (2021). Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community. *PLoS ONE*, *16*(11), e0259697. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259697>
- Fu, J., Liu, Y., Zhang, L., Zhou, L., Li, D., Quan, H., Zhu, L., Hu, F., Li, X., Meng, S., Yan, R., Zhao, S., Onwuka, J. U., Yang, B., Sun, D., & Zhao, Y. (2020). Nonpharmacologic interventions for reducing blood pressure in adults with prehypertension to established hypertension. *Journal of the American Heart Association*, *9*(19), e016804. <https://doi.org/10.1161/JAHA.120.016804>
- Higa, C., Davidson, E. J., & Loos, J. R. (2021). Integrating family and friend support, information technology, and diabetes education in community-centric diabetes self-management. *Journal of the American Medical Informatics Association*, *28*(2), 261–275. <https://doi.org/10.1093/jamia/ocaa223>
- Hjorth, S., Axelsen, S. M., Gommesen, D., Kjeldsen, A. C. M., Taastrom, K. A., & Nohr, E. A.

- (2023). Body mass index , waist circumference , and urinary incontinence in midlife : A follow - up of mothers in the Danish National Birth Cohort. *Neurourology and Urodynamics*, 1–11. <https://doi.org/10.1002/nau.25175>
- Klein, S., Allison, D. B., Heymsfield, S. B., Kelley, D. E., Leibel, R. L., Nonas, C., & Kahn, R. (2007). Waist circumference and cardiometabolic risk: A consensus statement from Shaping America's Health: Association for Weight Management and Obesity Prevention; NAASO, the Obesity Society; the American Society for Nutrition; and the American Diabetes Associat. *Diabetes Care*, 30(6), 1647–1652. <https://doi.org/10.2337/dc07-9921>
- Li, J., Yu, J., Chen, X., Quan, X., & Zhou, L. (2018). Correlations between health-promoting lifestyle and health-related quality of life among elderly people with hypertension in Hengyang, Hunan, China. *Medicine (United States)*, 97(25), e10937. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000010937>
- Pesantes, M. A., Del Valle, A., Diez-Canseco, F., Bernabé-Ortiz, A., Portocarrero, J., Trujillo, A., Cornejo, P., Manrique, K., & Miranda, J. J. (2018). Family support and diabetes: Patient's experiences from a public hospital in Peru. *Qualitative Health Research*, 28(12), 1871–1882. <https://doi.org/10.1177/1049732318784906>
- Purnamasari, D. (2018). The emergence of non-communicable Disease in Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*, 50(4), 273–274. <https://www.actamedindones.org/index.php/ijim/article/view/1028/339>
- Rawitr, K., Khairunnisa, K., & Wiryanto, W. (2021). The Correlation of Characteristics of Type 2 Diabetes Mellitus Patients and Medication Adherence Level: A Case Study in Community Pharmacy. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 9(1), 20–23. <https://doi.org/10.22270/ajprd.v9i1.915>
- Ross, R., Neeland, I. J., Yamashita, S., Shai, I., Seidell, J., Magni, P., Santos, R. D., Arsenault, B., Cuevas, A., Hu, F. B., Griffin, B. A., Zambon, A., Barter, P., Fruchart, J.-C., Eckel, R. H., Matsuzawa, Y., & Després, J.-P. (2020). Statement Waist circumference as a vital sign in clinical practice : a Consensus Statement from the IAS and ICCR Working Group on Visceral Obesity. *Nature Reviews Endocrinology*, 16(March), 177–189. <https://doi.org/10.1038/s41574-019-0310-7>
- Ruthsatz, M., & Candeias, V. (2020). Non-communicable disease prevention, nutrition and aging. *Acta Biomedica*, 91(2), 379–388. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i2.9721>
- Setters, B., & Holmes, H. M. (2017). Hypertension in the older adult. *Primary Care*, 44(3), 529–539. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2017.05.002>
- The Lancet. (2020). Non-communicable diseases: what now? *The Lancet (London, England)*, 399(10331), 1201. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00567-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00567-0)
- Wan, H., Wang, Y., Xiang, Q., Fang, S., Chen, Y., Chen, C., Zhang, W., Zhang, H., Xia, F., Wang, N., & Lu, Y. (2020). Associations between abdominal obesity indices and diabetic complications: Chinese visceral adiposity index and neck circumference. *Cardiovascular Diabetology*, 19(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12933-020-01095-4>
- World Health Organization. (2023). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Zhang, W. li, & Cai, J. (2022). STEP to blood pressure management of elderly hypertension: evidence from Asia. *Hypertension Research*, 45(4), 576–582. <https://doi.org/10.1038/s41440-022-00875-7>