

**Pemberdayaan Asuhan Keperawatan Dalam Upaya Meningkatkan Kesehatan Lansia Di Wilayah
Puskesmas Ngaliyan Semarang
Oleh
Heny Prasetyorini
Email : Henyprini@yahoo.co.id
Akademi Keperawatan Widya Husada**

Abstrak

Salah satu *outcome* atau dampak dari keberhasilan pembangunan nasional dibidang kesehatan dan kesejahteraan sosial adalah meningkatnya angka rata-rata harapan hidup (Khusaryadi, 2010). Badan Pusat Statistika (2004) menyebutkan bahwa peningkatan rata-rata harapan hidup tersebut mencerminkan bertambah panjangnya masa hidup penduduk usia lanjut (Lansia). Peningkatan proporsi jumlah lansia tersebut perlu mendapatkan perhatian dan pelayanan kesehatan dari tenaga medis karena kelompok lansia merupakan kelompok resiko tinggi yang mempunyai masalah kesehatan. Upaya peningkatan derajat kesehatan lansia perlu dilakukan guna menekan angka kesakitan pada lansia. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berbasis pada pelayanan dan pendampingan mahasiswa, ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia. Kegiatan ini mempunyai tujuan dan target yaitu mampu memberikan asuhan keperawatan pada lansia utamanya yang mengalami masalah kesehatan/kecenderungan mengalami gangguan kesehatan dan proses penyembuhan secara professional dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan yang disesuaikan dengan kasus tertentu.

Metode Pelaksanaan pengabdian dilakukan oleh mahasiswa dengan pendampingan dosen, aplikasi penerapan teori ini merupakan bentuk evaluasi dari hasil pembelajaran mahasiswa setelah mahasiswa mempelajari ilmu keperawatan gerontik. Bentuk aplikasi yang dilakukan selama Pengabdian adalah melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia di wilayah puskesmas ngaliyan dengan melakukan kunjungan rumah. Luasnya area Pengabdian membutuhkan kemampuan dari dosen sebagai pembimbing dalam membimbing dan mengarahkan mahasiswa disaat pelaksanaan kegiatan berlangsung. Diharapkan keterampilan yang sudah dimiliki oleh mahasiswa dapat diterapkan dengan modifikasi alat dan bahan sesuai kondisi yang ada di lahan yang akan diintegrasikan dengan pemberdayaan proses keperawatan khususnya keperawatan gerontik. Pembekalan pengabdian dilaksanakan seminggu sebelum pelaksanaan dengan pihak dosen sebelumnya berkoordinasi dengan pihak puskesmas ngaliyan.

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan lansia menjadi paham tentang tanda gejala, penatalaksanaan bagaimaa cara mengatasi dan menghindari, serta bagaimana pengobatan untuk penyakit hipertensi, diabetes militus dan asam urat. Masalah kesehatan yang dialami lansia merupakan proses penuaan yang sering berakibat pada terjadinya beberapa perubahan fisiologis, anatomi, psikologis, dan sosiologis.

Kesehatan lansia merupakan masalah atau tantangan yang harus disikapi dan ditangani dengan serius agar timbulnya penyakit yang menetap yang disebabkan karena bertambahnya usia pada lansia seperti Alzheimer/Dimensia, gangguan sclerosis multiple, gangguan endokrin, dan lain-lain dapat diatasi dengan baik. maka diperlukan asuhan keperawatan yang khusus pula untuk mencapai kesembuhan yang paripurna. Dengan adanya pemberdayaan asuhan keperawatan pada lansia yang dilakukan oleh mahasiswa dengan pendampingan dosen dapat membantu terwujudnya kesehatan lansia.

Kata kunci: Pemberdayaan, Asuhan Keperawatan, Kesehatan Lansia

Abstract

The one of outcome or effect of the national development in healthy and social prosperity is the increase of the life expectancy (khusaryadi ,2010). Central Bureau of Statistic(2004) stated that the increase of the life expectancy is a prove that elder people have long life.

The increase of elder people have to be attended by health service of medical team because the elder people have the high risk of disease. This activity needs to do to decrease the total disease or health problem of elder people. The research objective is to give the health service for the elder people who have the health problem and help to heal the disease professionally using certain approach.

The lecturer will accompany the students in practicing this activity by applying a application as the evaluation of the study result in Gerontological Nursing. The application they will do is such kind of caring service and home visiting in Public Health of Ngaliyan.

After giving health counseling the elder people be more understand about the indication how to do, how to prevent and how to heal some health problem such as Hypertension, Diabetes, and Uric acid. The health problem of the elder problem is caused by aging. Sometimes it causes some changing such as physiological, anatomy, psychology and sociological.

The health of elder people is a problem and challenge that should be conducted seriously so that the health problem of the elder people such as Alzheimer/ Dimensia, sclerosis multiple, endocrin disorder, etc, can be conducted well. So, it is important to do this activity that will be conducted by the students using the certain method to get the total healing in order to make the health of the elder people be better.

Key Words : *The Empowerment, The care of nursing, The Health of Elder People*

Pendahuluan

Pembangunan kesehatan meningkat diberbagai bidang di Indonesia telah mewujudkan peningkatan kualitas kesehatan penduduk. Salah satu *outcome* atau dampak dari keberhasilan pembangunan nasional dibidang kesehatan dan kesejahteraan sosial dirasakan antara lain adalah meningkatnya angka rata-rata harapan hidup (Khusaryadi, 2010). Badan statistika (2004) menyebutkan bahwa peningkatan rata-rata harapan hidup tersebut mencerminkan bertambah panjangnya masa hidup penduduk lanjut usia (Lansia), pada abad 21 bagi bangsa Indonesia merupakan abad lanjut usia (*era of population ageing*), Karen pertumbuhan penduduk lanjut usia (Lansia) di Indonesia diperkirakan lebih cepat dibandingkan dengan Negara – Negara lain. Menurut Depkes RI (2007) dalam rancangan pembangunan jangka menengah nasional (RPJMN), Usia Harapan Hidup Indonesia meningkat dari 66,2 pada tahun 2004 meningkat menjadi 70,6 pada tahun 2009, dengan meningkatnya Usia Harapan Hidup maka populasi penduduk lansia mengalami peningkatan yang bermakna. Peningkatan proporsi jumlah lansia tersebut perlu mendapatkan perhatian

karena kelompok lansia merupakan kelompok yang beresiko tinggi yang mengalami masalah kesehatan khususnya perhatian dalam pelayanan kesehatan dari tenaga medis.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berbasis pada pelayanan dan pendampingan mahasiswa, ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia. Dalam kegiatan Pengabdian dimana merupakan salah satu tuntutan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi dimana setiap dosen diwajibkan untuk melaksanakan pengabdian pada masyarakat yang diintegrasikan dengan mahasiswa. Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat bertujuan selain sebagai pengabdian tenaga pengajar dosen juga untuk mempersiapkan mahasiswa melalui penyesuaian profesional dalam bentuk pengalaman belajar secara komprehensif yang memberi kesempatan kepada mahasiswa menjadi terampil dalam menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh secara teori pada pembelajaran perkuliahan (Tahap Akademik) untuk diterapkan menjadi tindakan psikomotor pada keadaan nyata dilapangan yang akan mengarahkan mahasiswa melalui tahapan proses asuhan keperawatan baik dari masalah sederhana sampai masalah yang kompleks

melalui upaya promotif, preventif dengan tidak mengabaikan aspek-aspek kuratif dan rehabilitative sesuai dengan batas kewenangan, tanggungjawab, dan kemampuan perawat berlandaskan pada etika profesi keperawatan.

Pengabdian merupakan pengalaman iptek yang sudah dipelajari, menuntut dosen maupun mahasiswa kepada pola kerja interdisiplin dan terpadu yang dilandasi upaya penanggulangan masalah kesehatan khususnya masalah keperawatan yang ada dimasyarakat yang selanjutnya di fokuskan pada Kesehatan lansia, menggerakkan dan memberdayakan lansia untuk hidup sehat dan memanfaatkan fasilitas kesehatan untuk menurunkan kesakitan pada lansia sehingga lansia dapat mencapai hidup sejahtera dimasa tuanya.

Metode

Pelaksanaan pengabdian dosen merupakan aplikasi teori yang telah didapatkan mahasiswa dari dosen selama proses pembelajaran pada tahap akademik. Materi yang terkait yaitu keperawatan gerontik. Bentuk aplikasi yang dilakukan selama Pengabdian adalah melaksanakan asuhan keperawatan kelompok lansia, yang dilakukan secara langsung oleh mahasiswa dengan di damping dosen. Dimana sebelumnya mahasiswa mencari lansia yang mempunyai masalah kesehatan di puskesmas kemudian mahasiswa melakukan pengkajian pada lansia dan mahasiswa juga melakukan pemeriksaan fisik pada lansia dengan di damping petugas kesehatan yang ada dipuskesmas setelah itu mahasiswa akan melanjutkan asuhan keperawatannya selama 1 minggu di rumah lansia disaat kunjungan rumah. Sebelumnya mahasiswa telah membuat rencana keperawatan yang kemudian akan ditindaklanjuti dengan melakukan implementasi

langsung pada lansia disaat mahasiswa melakukan kunjungan rumah. Implementasi yang akan diberikan sebelumnya telah dikonsulkan terlebih dahulu oleh dosen pembimbing setelah mendapatkan persetujuan mahasiswa melakukan implementasi dengan melakukan kontrak sebelumnya kepada lansia dan keluarganya dengan di damping dosen.

Luasnya area Pengabdian dalam kelompok masyarakat sesuai dengan tahap perkembangan atau strata dimasyarakat membutuhkan kemampuan dari dosen sebagai pembimbing dan setiap mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik di area komunitas. Maka keterampilan yang sudah dimiliki oleh mahasiswa diharapkan dapat diterapkan pada masyarakat khususnya pada kelompok lansia.

Pembekalan pengabdian ini dilaksanakan seminggu sebelum pelaksanaan, mahasiswa telah dibekali dengan tata cara pelaksanaan pengabdian oleh dosen, dan dosen telah berkoordinasi sebelumnya dengan pihak puskesmas mengenai alur pelaksanaan pengabdian ini.

Diskusi

Dari hasil pengkajian kesehatan lansia didapatkan data : Terdapat lansia dengan masalah kesehatan hipertensi sebanyak 6 lansia, dengan masalah kesehatan diabetes militus sebanyak 2 lansia dan dengan masalah kesehatan asam urat sebanyak 2 lansia. Adapun keluhan yang didapatkan pada lansia dengan hipertensi adalah rata- rata lansia mengatakan bahwa dirinya mengalami pundak terasa kencang dan kadang kepala terasa pusing, para lansia tidak mengetahui penyebab atau masalah yang dialaminya saat ini setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah didapatkan data rata – rata pada lansia yang mengalami keluhan tersebut mempunyai tekanan darah tinggi, rata – rata tekanan darah tinggi para

lansia untuk sistol diatas 150 mmHg dan diastol diatas 100 mmHg. Keluhan yang didapatkan pada lansia dengan diabetes militus adalah lansia mengeluh sering terasa lapar, haus dan sering kencing dan setelah dilakukan pemeriksaan dan pengecekan gula darah di dapatkan gula darah lansia tinggi rata – rata diatas 300 mg/dl. sedangkan keluhan yang dirasakan pada lansia dengan asam urat adalah sering merasakan nyeri pada persendian saat cuaca dingin khususnya pada pagi hari dan malam hari dan setelah setelah dilakukan pemeriksaan dengan mengecek asam urat didapatkan hasil asam urat lansia rata – rata 10 mg/dl. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan lansia terhadap status kesehatan yang dialaminya. Untuk tindak lanjut permasalahan tersebut dilaksanakan penyuluhan kesehatan pada para lansia tentang pengertian, tanda gejala, penatalaksanaan serta pengobatan hipertensi, diabetes militus dan asam urat. Adapun pelaksanaanya dilakukan oleh mahasiswa dimasing – masing rumah lansia disaat mahasiswa melakukan kunjungan rumah.

Selain memberikan edukasi tentang pengertian, tanda gejala, penatalaksanaan dan pengobatan mahasiswa juga mengajarkan dan mendemonstrasikan bagaimana cara melakukan senam hipertensi, senam diabetes militus serta asam urat pada para lansia serta mendemonstrasikan bagaimana cara membuat obat tradisional untuk mengatasi masalah kesehatan para lansia yaitu salah satunya dengan mengajarkan mndemonstrasikan bagaimana membuat jus mentimun serta membuat rebusan daun seledri untuk menurunkan tekanan darah tinggi, mengajarkan dan mendemonstrasikan bagaimana cara membuat rebusan daun salam untuk menurunkan asam urat, demonstrasi ini diajarkan disaat mahasiswa melakukan kunjungan rumah berikutnya. Adapun tujuan diberikan penyuluhan

kesehatan serta demonstrasi senam dan pengobatan komplementer adalah untuk membantu mengatasi masalah lansia, lansia menjadi tahu dengan kondisi masalah kesehatannya dan setelah diberikan penyuluhan kesehatan lansia bisa merubah perilaku untuk mengatasi masalah kesehatannya dengan melakukan pencegahan sehingga dapat menurunkan masalah kesehatan yang dialaminya. Dengan diajarkannya senam pada lansia diharapkan dapat membantu memperlancar sirkulasi darah dan membantu memperlancar metabolisme tubuh para lansia. dan dengan diajarkannya pengobatan dengan cara komplementer diharapkan lansia mampu mengatasi masalah kesehatan dengan memanfaatkan bahan alami yang ada disekitar lansia seperti mentimun, seledri dan daun salam. selain alami, mudah di dapat dan murah serta tidak mengandung zat kimia yang berbahaya sehingga sangat membantu dalam mengoptimalkan kesehatan lansia. Pengobatan/terapi komplementer adalah terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern (Andrews et al., 1999). Terapi komplementer juga ada yang menyebutkan pengobatan holistik. pendapat ini di dapati oleh bentuk terapi yang mempengaruhi individu secara menyeluruh yaitu sebuah keharmonisan individu untuk mengintegrasikan pikiran, badan dan jiwa dalam kesatuan fungsi (Smith et al., 2004).

Konseling merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk memberikan edukasi pada lansia dalam menghadapi masalah kesehatan yang dialami. Dengan diberikanya penyuluhan kesehatan pada lansia diharapkan lansia menjadi tahu akan kondisi kesehatannya.

Pendidikan kesehatan merupakan sejumlah pengalaman yang berpengaruh secara menguntungkan terhadap kebiasaan sikap dan

pengetahuan yang ada hubungannya dengan kesehatan perorangan masyarakat dan bangsa (Mubarak, 2006)

Pelayanan kesehatan di puskesmas ngalihan merupakan upaya untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia. Setelah pelayanan kesehatan di puskesmas dilaksanakan kemudian dilanjutkan untuk kunjungan rumah dan pelaksanaan implementasi selanjutnya dilakukan di rumah lansia.

Kesimpulan Dan Saran

Peningkatan derajat Kesehatan lansia merupakan hal yang sangat penting dan perlu mendapat perhatian serius karena dapat menurunkan angka kesakitan pada lansia dan dapat menjadikan lansia untuk hidup sejahtera.

1. Penerapan Asuhan keperawatan gerontik di area komunitas di wilayah puskesmas ngalihan telah dilaksanakan 9 orang mahasiswa terhadap 9 lansia yang melakukan pemeriksaan kesehatan di puskesmas ngalihan.
2. Pelayanan kesehatan yang telah dilakukan berupa Penyuluhan kesehatan pada lansia dengan hipertensi, diabetes militus dan asam urat setelah dilakukan penyuluhan kesehatan para lansia menjadi tahu akan kondisi kesehatannya.
3. Kegiatan demonstrasi senam hipertensi, diabetes militus dan asam urat telah diajarkan pada lansia yang mana setelah diajarkan para lansia menjadi lebih percaya diri dan tampak lebih segar.

Saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kegiatan penyuluhan kesehatan dapat dilaksanakan secara rutin oleh puskesmas agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat.
2. Perlu diadakanya kegiatan dan penjadwalan khusus untuk kegiatan senam hamil serta

kegiatan pelatihan dalam bentuk demonstrasi dalam hal upaya peningkatan kesehatan yang bisa langsung dilakukan di puskesmas.

3. Meningkatkan partisipasi masyarakat dengan mengajak kader untuk berperan aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan dengan cara memberikan pelatihan untuk kader.

Daftar Pustaka

- Anderson, Elizabeth. 2007. Buku Ajar Keperawatan Komunitas : Teori dan Praktek Ed.3. Jakarta : EGC.
- Andrews, M., Angone, K.M., Cray, J.V., Lewis, J.A., & Johnson, P.H.1999. Nurse handbook of alternative and complementary therapies. Pennsylvania : Springhouse.
- Depkes RI, 2007. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Depkes RI.
- Doenges, M.E. 1999. Rencana Asuhan Keperawatan. Edisi ke-3. Jakarta: EGC.
- Doenges, M.E. 1999. Rencana Asuhan Keperawatan Gerontik. Edisi ke-3. Jakarta: EGC.
- Doenges, M.E. 1999. Rencana Perawatan Gerontology. Edisi ke-2. Jakarta : EGC.
- Doenges, M.E. 1996. Rencana Perawatan Gerontik : Pedomen untuk Perencanaan dan Dokumentasi Perawat Komunitas. Edisi ke-2. Jakarta: EGC
- Herdman , T. Heather. 2015. Nanda International Inc. diagnosis keperawatan : definisi & klasifikasi 2015-2017. Ed. 10. Jakarta : EGC
- Mubarak. 2006. Ilmu Keperawatan Komunitas Edisi ke 2. Jakarta : Sagung Seto. skills. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Smith, S.F., Duell, D.J., Martin, B.C. 2004. Clinical nursing skills: Basic to advanced
- Wilkinson, Judith M. 2011. Buku saku diagnosis keperawatan : diagnosis NANDA, intervensi NIC, Kriteria hasil NOC. Ed.9 . Jakarta : EGC. Jakarta : EGC

