

Penguatan Kader Lansia Dalam Upaya Prolanis Dalam Miskonsepsi Penggunaan Obat Rutin Terhadap Menopause Dini Lansia

Yenni Ariestanti, Yeny Sulistyowati, Titik Widayati

1. Program Studi D III Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Indonesia
2. Program Studi Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Respai Indonesia
yariestanti@yahoo.com, yeny.sulistyowati@urindo.ac.id

ABSTRAK

Upaya kesehatan usia lanjut adalah upaya kesehatan paripurna dasar dan menyeluruh dibidang kesehatan usia lanjut yang meliputi peningkatan kesehatan, pencegahan, pengobatan dan pemulihan. Usia lanjut merupakan kelompok usia rentan terhadap permasalahan kesehatan, terkait penyakit yang diderita, termasuk konsumsi obat rutin untuk penyakit kronisnya agar semua pihak yang terlibat memiliki pemahaman yang benar terkait manfaat dan dampak obat rutin yang dikonsumsi serta dapat mewujudkan Lansia yang tetap sehat, mampu berkarya dan produktifitas. peningkatan pengetahuan melalui upaya penyuluhan dan informasi dan informasi terkait dengan Pentingnya Kader dan Keluarga dalam Perubahan Perilaku Kesehatan Pada Bahan yang digunakan dalam edukasi ini adalah tentang miskonsepsi penggunaan obat rutin pada lansia dan menopause dini beserta dampaknya untuk kesehatan dalam bentuk Power Point dan dilanjutkan diskusi dengan peserta. Diskusi berlangsung sangat aktif berbagi pengalaman dan Sharing tentang perubahan yang terjadi pada saat menopause dan sesudah Menopause dan kaitan dengan beberapa lansia yang memang mengalami penyakit degeneratif seperti Hipertensi dan DM dan keikutsertaan mereka dalam program prolanis di Puskesmas. peserta dibagikan juga sertifikat sebagai peserta bahwa mereka sudah mengikuti kegiatan ini. Lansia dan Faktor yang mempengaruhi terjadinya Menopause Dini.

Kata Kunci : Lansia, Obat Rutin, Menopause Dini

ABSTRACT

Elderly health efforts are basic and comprehensive health care efforts in the elderly health sector which include health improvement, prevention, treatment and recovery. Elderly is an age group vulnerable to health problems, related to the illness, including routine drug consumption for chronic diseases so that all parties involved have a correct understanding related to the benefits and effects of routine drugs consumed and can realize the elderly who remain healthy, able to work and productivity. increased knowledge through counseling efforts and information and information related to the Importance of Cadres and Families in Changing Health Behavior in the Materials used in this education is about the misconceptions of routine drug use in the elderly and early menopause and their impact on health in the form of Power Points and continued discussions with participants. Discussions took place very actively sharing experiences and sharing about changes that occurred during the menopause and after the Menopause and the relationship with some elderly who did experience degenerative diseases such as hypertension and DM and their participation in the prolanis program at the Puskesmas. Participants were also given certificates as participants that they had already join this activity. Elderly and Factors that influence Early Menopause.

Keywords : Elderly, Routine Medicine, Early Menopause

<http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/PAMAS>

Article History :

Sumbitted 23 Oktober 2019, Accepted 31 Oktober 2019, Published 31 Oktober 2019

PENDAHULUAN

Berdasarkan data Susenas tahun 2014, jumlah lansia sebanyak 16,08 juta rumah tangga atau 24,50% dari seluruh rumah tangga di Indonesia. Rumah tangga lansia adalah yang minimal salah satu anggota rumah tangganya berumur 60 tahun ke atas. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03% dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Jumlah lansia perempuan lebih besar daripada laki-laki yaitu 10,77 juta lansia perempuan dibandingkan 9,47 juta jiwa laki-laki. Adapun lansia yang tinggal di pedesaan sebanyak 10,87 juta jiwa, lebih banyak dari pada lansia yang tinggal di perkotaan sebanyak 9,37 jiwa.

Usia lanjut merupakan kelompok usia rentan terhadap permasalahan kesehatan, terkait penyakit yang diderita, termasuk konsumsi obat rutin untuk penyakit kronisnya. Health behavior atau perilaku kesehatan termasuk kepatuhan dalam menjalankan pengobatan adalah respons seseorang terhadap stimulus atau obyek terkait sehat sakit, penyakit dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan.

Salah satu penyebab konsumsi obat rutin yang rendah adalah karena adanya miskonsepsi terkait penggunaan obat rutin yang dapat menyebabkan menopause dini. Pada tahun 2010 sampai 2015 usia harapan hidup wanita meningkat menjadi 70,1 tahun. Terjadinya percepatan usia menopause pada wanita sedangkan usia harapan hidup yang semakin lama menyebabkan wanita tersebut dalam kurun waktu yang lebih lama, ± 25 tahun akan terpapar dengan keluhan-keluhan menopause selama sisa hidupnya.

Di wilayah se-Kecamatan Cipayung selama tahun 2017 jumlah total usia lanjut sebanyak 36.264, sedangkan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 3.847 atau sebesar 10.61%.¹ Dalam pelaksanaan programnya Puskesmas juga di bantu oleh berbagai relawan dari tingkat Kecamatan sampai dengan RT, diantaranya ada Kader PKK, Posyandu baik Balita maupun Lansia, Jumantik, Jumantuk, serta Kader Prolanis. Program yang sedang digalakkan untuk Usila karena terkait dengan penyakit yang banyak di derita adalah Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Tujuan Prolanis adalah mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidupnya terutama kesehatan dan mencegah terjadinya komplikasi penyakit yang akan menjadi beban masalah untuk dirinya, keluarga dan masyarakat. Kader Prolanis menjadi ujung tombak pada pelayanan kesehatan terkait penyakit kronis pada Usila.

RW 05 merupakan wilayah di kelurahan Cipayung yang penduduknya rata-rata adalah berusia lanjut dan merupakan kader prolanis di wilayah tersebut.

METODE

1. Identifikasi sasaran, yaitu Lansia dibawah pendampingan Kader Prolanis di Wilayah Puskesmas Cipayung yaitu salah satunya di RW 05 sekitar 100 lansia yang berada di wilayah tersebut. Dengan kegiatan ini maka data yang didapatkan akan lebih akurat mulai dari pelaksanaan program, evaluasi sampai dengan keberlanjutannya
2. Edukasi Kelompok Lansia peserta Prolanis, pendamping lansia serta kader agar memiliki pengetahuan dan informasi yang cukup baik terkait obat yang dikonsumsi dan dampaknya untuk kesehatan, termasuk menopause dini. Kegiatan ini dalam bentuk Edukasi yang melibatkan semua unsur dalam pelaksanaan program, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perbaikan sikap dan perilaku yang akan diukur sebelum maupun setelah pelaksanaan kegiatan.

Tahapan Kegiatan

1. tahap perencanaan

kegiatan dimulai dari yang diawali dengan dengan survey tempat pelaksanaan kegiatan, menetapkan sasaran yaitu Lansia kader prolanis. pembuatan proposal dan penyelesaian perizinan tempat/lokasi kegiatan pengabdian pada masyarakat. Sesi ke 2 pelaksanaan, pada fase ini pengabdian berkoordinasi dengan Pihak RW 05 untuk menyepakati kembali tujuan dari pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya pengabdian mempersiapkan kegiatan penyuluhan berupa materi dan media yang digunakan (powerpoint dan leaflet) serta mengkoordinasikan rencana kegiatan dengan peserta kegiatan, fiksasi waktu dan tempat kegiatan.

2. Pelaksanaan Pre Tes

Tujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan lansia terhadap materi yang akan diberikan beserta karakteristik umur dan pendidikan lansia.

3. Edukasi kelompok lansia peserta Prolanis

Edukasi kelompok lansia ini bertujuan agar lansia memiliki pengetahuan dan informasi yang cukup baik terkait obat yang dikonsumsi dan dampaknya untuk kesehatan, termasuk menopause dini. Kegiatan ini dalam bentuk pelatihan yang direncanakan melibatkan semua unsur dalam pelaksanaan program, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perbaikan sikap dan perilaku yang akan diukur sebelum maupun setelah pelaksanaan kegiatan.

Tabel 1. Struktur Materi

NO	MATERI	WAKTU	METODE	INSTRUKTUR
1	Pentingnya Kader dan Keluarga dalam Perubahan Perilaku Kesehatan Pada Lansia	3 Jam	Ceramah, tanya jawab, demonstrasi	Yenni Ariestanti, M.Kes
2.	Identifikasi Masalah Kesehatan Masyarakat dan Lansia	3 Jam	Ceramah, tanya jawab	Dr Yeny Sulistyowati., M.Si.Med
3.	Faktor yang mempengaruhi terjadinya Menopause Dini	2 Jam	Ceramah, tanya jawab	Yenni Ariestanti, M.Kes
JUMLAH		8 Jam		

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat yang diharapkan adalah lansia dapat memahami dan bersikap serta berperilaku yang benar tentang konsumsi obat rutin proses kegiatan yang dilakukan adalah :

1. Perijinan : pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak RW05 dan Ketua PKK 05 dalam hal pelaksanaan kegiatan PKM
2. Koordinasi dengan pihak terkait untuk pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan di Balai Warga RW 05
3. Mengadakan pertemuan dengan warga yang dilaksanakan pada tanggal 06 September 2019 adapun rincian data yang didapatkan dari hasil pengabdian adalah sebagai berikut :

Karakteristik Responden

Upaya kesehatan usia lanjut adalah upaya kesehatan paripurna dasar dan menyeluruh di bidang kesehatan usia lanjut meliputi peningkatan kesehatan, pencegahan, pengobatan dan pemulihan.

Karakteristik lansia yang ada di Rw 05 sebagian besar adalah lulusan SMA (90 %), pekerjaan adalah sebagai ibu rumah tangga, usia paling muda adalah 39 tahun dan yang paling tua adalah 80 tahun.

Tabel .1

Karakteristik peserta lansia penguatan kader lansia dalam upaya prolanis dalam Miskonsepsi penggunaan obat rutin terhadap Menopause Dini pada lansia tahun 2019 di RW 05 Cipayung Jakarta Timur

Karakteristik	Jumlah Responden	%
Umur		
Masa dewasa akhir (36 – 45 tahun)	1	11,1
Masa lansia awal usia (46 – 55 tahun)	0	0
Masa lansia akhir usia (56 – 65 tahun)	1	11,1
Masa manula usia (65 – ke atas)	7	77,78
Pendidikan		
SMP	1	11,11
SMA	8	88,89
Pekerjaan		
PNS	1	11,11
IRT	8	88,89

Sumber : data primer, 2019

Lanjut usia atau lansia adalah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas. Penetapan usia 60 tahun sebagai batas awal lansia dikarenakan pada usia ini mulai terjadi penurunan fisik dan fisiologis yang signifikan. Proses penuaan ini ditandai dengan adanya perubahan dalam penampilan, penurunan fungsional panca indera, dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit tertentu yang terkait dengan bertambahnya usia . konsekuensi yang terjadi adalah naiknya prevalensi penyakit menular dan tidak menular. Hal ini dikarenakan salah satunya adalah semakin membaiknya sistem pelayanan kesehatan serta pencatatan dan pelaporan kasus penyakit dan kematian. Adapun tingginya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit infeksi dan penyakit degeneratif pada lansia juga disebabkan semakin menurunnya fungsi fisiologis dari berbagai organ tubuh sehingga lansia menjadi rentan dalam menghadapi berbagai macam penyakit. Pemberdayaan lansia melalui peningkatan kemampuan untuk tetap aktif dalam aktivitas yang produktif merupakan salah satu anstisipasi agar mereka dapat mengurangi ketergantungan

actual terhadap anggota rumah tangga. Berdasarkan tabel 1 . lansia yang datang ke acara PKM adalah 77,78 % adalah masa manula keatas dan dari segi pendidikan adalah pendidikan tinggi 88,9 % pendidikan SMA sehingga pada saat edukasi berlangsung tingkat pendidikan akan mempengaruhi sikap seseorang dalam memahami suatu masalah terkait dengan penggunaan obat rutin pada lansia.

Tingkat Pengetahuan Lansia

Observasi dilakukan melalui pretes saja untuk pertimbangan karena peserta adalah lansia sehingga tujuan hanya mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan lansia di usia manula , Pretes dilakukan dengan adalah sebanyak12 pertanyaan pilihan ganda
Jika diambil rata rata nilai pengetahuan lansia baik yaitu 72,17 dengan nilai tertinggi 91,63 dan terendah 41,65

Edukasi kelompok lansia peserta Prolanis

Edukasi kelompok lansia ini bertujuan agar lansia memiliki pengetahuan dan informasi yang cukup baik terkait obat yang dikonsumsi dan dampaknya untuk kesehatan, termasuk menopause dini. Kegiatan ini dalam bentuk pelatihan yang direncanakan melibatkan semua unsur dalam pelaksanaan program, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perbaikan sikap dan perilaku yang akan diukur sebelum maupun setelah pelaksanaan kegiatan.kegiatan ini diikuti oleh 17 orang terdiri dari unsur kader, mahasiswa, lansia dan LPPM bertempat di balai warga RW 05 Kelurahan Cipayung Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan oleh MC dan dilanjutkan dengan pengarahan dari ketua LPPM Universitas Respati Indonesia bahwa URINDO melaksanakan kegiatan PKM ini dikaitkan bahwa URINDO satu – satunya Universitas ramah lansia dan punya kurikulum lansia sehingga kegiatan ini bisa dikembangkan dan ditindaklanjuti, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi tentang PENTINGNYA KADER DAN KELUARGA DALAM PERILAKU KESEHATAN PADA LANSIA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA MENOUPOUSE DINI yaitu kajian menoupouse,kajian lansia, peran keluarga, sosial ekonomi, peran sosial masyarakat,menopouse.

Tabel 2 . Struktur Materi

NO	MATERI	WAKTU	METODE	INSTRUKTUR	CAPAIAN
1	Pentingnya Kader dan Keluarga dalam Perubahan Perilaku Kesehatan Pada Lansia	3 Jam	Ceramah, tanya jawab, demonstrasi	Yenni Ariestanti, M.Kes	100%
2.	Identifikasi Masalah Kesehatan Masyarakat dan Lansia	3 Jam	Ceramah, tanya jawab	Dr Yeny Sulistyowati., M.Si.Med	100%
3.	Faktor yang mempengaruhi terjadinya Menopause Dini	2 Jam	Ceramah, tanya jawab	Yenni Ariestanti, M.Kes	100%
JUMLAH		28 Jam			



Gambar 1. Pemberian materi



Gambar 2. Diskusi pemateri dengan peserta

Tahapan proses diskusi juga berlangsung dengan baik ada beberapa pertanyaan terkait dengan bagaimana apabila saya mengkonsumsi obat rutin apakah ada dampak dengan kesehatan reproduksi, bagaimana tindak lanjut hubungan antara penggunaan obat rutin dengan keberlangsungan penyakit yang lain, Diskusi berlangsung sangat aktif berbagi pengalaman dan Sharing tentang perubahan yang terjadi pada saat menopause dan sesudah Menopause dan kaitan dengan beberapa lansia yang memang mengalami penyakit degeneratif seperti Hipertensi dan DM dan keikutsertaan mereka dalam program prolanis di Puskesmas. proses edukasi ini dapat disalurkan oleh para lansia melalui temu dengan warga lain pada acara kegiatan seperti PKK, Pengajian atau kegiatan sosial yang lain dan pentingnya edukasi hipertensi terhadap pengobatan Hipertensi pada lansia.

Bahan yang digunakan dalam edukasi ini adalah tentang miskonsepsi penggunaan obat rutin pada lansia dan menopause dini beserta dampaknya untuk kesehatan dalam bentuk Power Point dan dilanjutkan diskusi dengan peserta. Diskusi berlangsung sangat aktif berbagi pengalaman dan Sharing tentang perubahan yang terjadi pada saat menopause dan sesudah Menopause dan kaitan dengan beberapa lansia yang memang mengalami penyakit degeneratif seperti Hipertensi dan DM dan keikutsertaan mereka dalam program prolanis di Puskesmas. peserta dibagikan juga sertifikat sebagai peserta bahwa mereka sudah mengikuti kegiatan ini.

Fasilitas diberikan oleh pihak RW dengan menyiapkan kegiatan ini berkoordinasi dengan URINDO yaitu tempat berupa balai warga RW 05 yang disetujui oleh pihak RW.

SIMPULAN

Upaya kesehatan usia lanjut adalah upaya kesehatan paripurna dasar dan menyeluruh di bidang kesehatan usia lanjut meliputi peningkatan kesehatan, pencegahan, pengobatan dan pemulihan sebagai upaya peningkatan kesehatan yang telah dilakukan adalah gambaran Karakteristik peserta lansia yang ada di Rw 05 sebagian besar adalah lulusan SMA (90 %), pekerjaan adalah sebagai ibu rumah tangga, usia paling muda adalah 39 tahun dan yang paling tua adalah 80 tahun, Observasi dilakukan melalui pretes untuk pertimbangan karena peserta adalah lansia sehingga tujuan mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan awal lansia di usia manula rata rata nilai pengetahuan lansia baik yaitu 72,17 dengan nilai tertinggi 91,63 dan terendah 41,65. Diskusi berlangsung sangat aktif berbagi pengalaman dan Sharing tentang perubahan yang terjadi pada saat menopause dan sesudah Menopause dan kaitan dengan beberapa lansia yang memang mengalami penyakit degeneratif seperti Hipertensi dan DM dan keikutsertaan mereka dalam program prolanis di Puskesmas. proses edukasi ini sangat bermanfaat dan dapat disalurkan oleh para lansia melalui temu dengan warga lain pada acara kegiatan seperti PKK, Pengajian atau kegiatan sosial yang lain dan pentingnya edukasi hipertensi terhadap pengobatan Hipertensi pada pada tahapan selanjutnya akan diadakan program bersama pembuatan modul yang melibatkan pihak terkait dari pihak puskesmas, PKK dan Lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Anorital, Morbiditas dan Multi Morbiditas Pada Kelompok Lanjut Usia di Indonesia,2015 Jurnal Biotek Medisiana Indonesia . Vol.4.2.2015:77-88.
- Badan Pusat Statistik Tahun 2014. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2013. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BPJK Kesehatan Tahun 2014, Pengelolaan Penyakit Kronis, Cikarang, Cabang BPJS Kesehatan.
- Cramer, 1991, Compliance and Medical Practice Clinical Trial., <http://www.pubmed.gov>.
- Data Dukcapil Tahun 2017.
- Ezra, Ariestanti, Y, 2017, Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengikuti kegiatan Prolanis.
- Heny, Supduwinata, 2016, Usia Menopause Pada Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas.
- Profil Puskesmas Cipayung Tahun 2017.
- Sulistyowati, Ngaisyah, 2019, Pemanfaatan teknologi Tepat guna untuk penderita Diabetes Melitus Melalui pemanfaatan Produk Herba, Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat, Volume3, No.1.

Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS)

Vivien, Dwi, 2016, Pengetahuan dan Persepsi Prolanis dalam menjalani pengobatan di Puskesmas.