

**Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat**

23 Oktober 2021, Hal. 665-677

e-ISSN: 2686-2964

**Peduli penderita penyakit kronis dengan melakukan pendidikan dan pelayanan kesehatan di masa pandemi**

Nova Oktavia, Angga Anugra Diputra

Liska Marlinda Sari, Azmi Darotulmutmainnah, Teguh Tri Sutarno Putra

STIKes Muhammadiyah Kuningan, Jln. Pangeran Adipati Kel. Cipari Kec. Cigugur

Kab. Kuningan-Jawa Barat

Email: nova.oktavia80@gmail.com

**ABSTRAK**

Kondisi pandemi Covid-19 di awal tahun 2020, mengakibatkan kegiatan Posbindu tidak dapat dilakukan secara rutin, sehingga obat-obatan tidak tersedia di Puskesmas Pembantu. Jarak Desa Cipakem ke Puskesmas Induk cukup jauh dan sulit dijangkau, hal ini menjadi faktor penghambat bagi petugas kesehatan puskesmas induk untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Penderita penyakit kronis dalam kondisi pandemi sangatlah rentan terpapar covid, yang dapat menjadi *co-morbid*. Tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini adalah untuk meningkatkan kondisi kesehatan dan kesadaran masyarakat terhadap perilaku pencegahan penyakit di masa pandemi. Metode yang digunakan dalam kegiatan PkM ini yaitu penyuluhan kesehatan dengan metode Ceramah Tanya Jawab; pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, kimia darah dan pemeriksaan fisik). Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini didapatkan bahwa peserta Posbindu (Lansia) mampu memahami materi penyuluhan dan informasi obat. Hasil pemeriksaan kesehatan didapatkan bahwa dari 29 peserta posbindu, 14 orang (48,3%) mengalami peningkatan tekanan darah, dari 29 peserta posbindu terdapat 10 Lansia memiliki gangguan metabolik seperti kadar kolesterol tinggi, kadar gula darah tinggi dan kadar asam urat tinggi. Semua Lansia yang memiliki gangguan kesehatan mendapatkan obat. Dampak dari dilakukannya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah terpantaunya kondisi kesehatan Lansia, mengurangi resiko terpapar covid dan penyakit kronis yang diderita Lansia dapat diobati.

**Kata Kunci:** Penyakit Kronis, Pendidikan dan Pelayanan Kesehatan, Pandemi Covid-19

**ABSTRACT**

*The condition of the Covid-19 pandemic, resulted in Posbindu activities being unable to be carried out routinely, so that medicines are not available at the sub-health center. The distance from Cipakem Village to the main health center is quite far and difficult to reach, this is an inhibiting factor for the health workers to provide health services to the community. Patients with chronic diseases in pandemic conditions are very vulnerable to being exposed to Covid, which can become co-morbid. The*

*purpose of this activity is to improve health conditions and public awareness of disease prevention behavior during pandemic. The method used in activity is education and health check. The results of this activity showed that Posbindu participants were able to understand counseling materials and drug information. The results of the health examination showed that from 29 participants, 14 elderly had an increase in blood pressure and 10 elderly had a metabolic disorders such as hyper cholesterol, high blood sugar levels and hyper uric acid. All Elderly who have health problems get medicine. The impact of this activity is monitoring the health condition, reducing the risk of being exposed to covid and chronic diseases suffered by the elderly can be treated.*

**Keywords:** *Chronic Disease, Education and Health Services, Pandemic Covid-19.*

## PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 19 (Covid-19) telah dinyatakan sebagai pandemi dunia oleh WHO (2020). Covid-19 merupakan penyakit yang disebabkan Novel Coronavirus (2019-nCoV), atau yang kini dinamakan SARS-CoV-2 yang merupakan virus jenis baru dan belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Hingga saat ini masih diyakini bahwa transmisi penularan Covid-19 terutama adalah melalui droplet dan kontak langsung dengan benda-benda yang telah terpapar virus (Kemenkes RI, 2020)

Menurut Kemenkes RI (2020), Indonesia merupakan negara dengan struktur penduduk tua (Aging Population), dimana populasi lanjut usia (lansia) saat ini diproyeksikan sebesar 27,08 juta jiwa atau 9,99% dari total penduduk Indonesia. Permasalahan kesehatan pada populasi lansia antara lain sebanyak 63.5% lansia menderita Hipertensi, 5.7% lansia dengan Diabetes Mellitus, 4.5% lansia dengan Penyakit Jantung, 4.4% lansia dengan Stroke, 0.8% lansia dengan Gangguan Ginjal dan 0.4% lansia menderita Kanker (Risksdas 2018).

Pandemi COVID-19 ini berdampak pada penduduk global secara drastis, dan terhadap berbagai aspek kehidupan. Banyak negara menghadapi ancaman penyakit ini, dan terjadi pada semua kelompok umur, terutama pada kelompok umur tua atau lanjut usia. Lanjut usia menghadapi risiko yang signifikan terkena penyakit Virus Corona ini, apalagi jika mereka mengalami gangguan kesehatan seiring dengan penurunan kondisi fisiologi (Kemen PPPA, 2020).

Mengacu pada data WHO, lebih dari 95% kematian akibat Virus Corona terjadi pada penduduk usia lebih dari 60 tahun. Lebih dari 50% dari semua kematian melibatkan terjadi pada mereka yang berusia 80 tahun atau lebih. Dari laporan WHO dapat dilihat bahwa 8 dari 10 kematian terjadi pada individu dengan setidaknya satu komorbiditas, khususnya mereka dengan penyakit kardiovaskular, hipertensi dan diabetes, tetapi juga dengan berbagai kondisi kronis lainnya. Permasalahan kesehatan pada lansia yang menderita penyakit kronis tersebut termasuk pada jenis Penyakit Tidak Menular/PTM (Kemen PPPA, 2020).

Salah satu strategi pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) yang efisien dan efektif adalah pemberdayaan dan peningkatan peran serta masyarakat. Masyarakat dibekali pengetahuan dan keterampilan untuk melakukan deteksi dini, pemantauan faktor risiko serta tindak lanjutnya melalui kegiatan di Pos Pelayanan Terpadu (Posbindu) PTM yang dilaksanakan secara terpadu, rutin dan periodik. Kegiatan Posbindu PTM diharapkan dapat meningkatkan sikap mawas diri masyarakat terhadap

faktor risiko PTM sehingga peningkatan kasus PTM dapat dicegah (Kemenkes R.I, 2014)

Desa Cipakem merupakan salah satu desa di Kecamatan Maleber Kabupaten Kuningan yang memiliki jarak yang cukup jauh dari Kota Kuningan yaitu 45 km. Untuk mendapatkan pelayanan kesehatan masyarakat Desa Cipakem memiliki Bidan Desa sebanyak 2 orang dan hanya 1 Bidan yang menetap di desa. Jarak fasilitas pelayanan (pustu/posyandu) antar Bidan cukup jauh yaitu 10 km. Sedangkan Jarak desa cipakem ke puskesmas induk Maleber 12 km. Di Desa Cipakem terdapat 11 posyandu, untuk membantu Bidan memberikan pelayanan kesehatan di posyandu, dibantu oleh Kader yang berjumlah 60 orang. Kader di desa cipakem cukup aktif, mampu memberikan penyuluhan secara mandiri kepada masyarakat.

Berdasarkan kunjungan rawat jalan di Pustu, 3 penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat desa cipakem yaitu Hipertensi 15 orang, Rheumatoid Arthritis 8 orang dan Gastritis 13 orang. Menurut Bidan Desa Cipakem, pola pencarian pengobatan masyarakat desa cipakem jika mengalami keluhan/sakit yaitu membeli obat secara bebas di warung. Jika ada masyarakat yang memiliki penyakit yang tidak dapat ditangani di desa maka Bidan merujuk ke Puskesmas Induk atau Rumah Sakit.

Selain Posyandu, di Desa Cipakem juga memiliki Posbindu yang berjumlah 10, namun terdapat 2 posbindu belum berjalan fungsinya dikarenakan akses yang jauh. Biasanya sebelum kondisi pandemi, kegiatan Posbindu berjalan secara rutin yang dilaksanakan setiap minggu ke-2 atau minggu ke-3 setiap bulannya. Peserta Posbindu di desa cipakem berjumlah 40 orang, mayoritas peserta Posbindu adalah usia lanjut. Lansia merupakan kelompok rentan yang paling berisiko kematian akibat Covid-19, sehingga pencegahan penularan mulai dari tingkat individu, keluarga dan masyarakat menjadi sangat penting.

Akses desa ke pelayanan kesehatan (untuk rujukan) membutuhkan waktu perjalanan yang cukup lama karena kondisi jalan yang rusak, hal ini dapat menjadi faktor penghambat bagi petugas kesehatan dalam memberikan informasi kesehatan yang penting untuk diketahui oleh masyarakat misalnya perkembangan kondisi Covid-19, pencegahan Covid dengan melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Menurut Bidan desa, penyuluhan/himbauan tentang pencegahan penyakit Covid-19 terakhir diberikan petugas puskesmas pada Bulan Maret 2020.

Selama pandemi kegiatan posbindu terhenti sehingga kondisi kesehatan pasien tidak terkontrol. Selain itu menurut observasi Bidan kepada masyarakat di desa cipakem, belum semua masyarakat menjalankan protokol kesehatan yaitu masih banyak yang tidak menggunakan masker dan masih berkerumun disuatu tempat. Jika dikasih tau masyarakat menganggap remeh. Oleh karena itu masih dipandang perlu dilakukan penyuluhan dalam melakukan adaptasi kebiasaan baru dengan melakukan PHBS di masa pandemi.

Tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kondisi kesehatan dan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap perilaku pencegahan penyakit dengan melakukan penyuluhan, pemeriksaan kesehatan dan pengobatan secara gratis agar kondisi kesehatan Lansia yang memiliki penyakit kronis dapat terkontrol.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan PkM ini yaitu untuk kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan dengan metode Ceramah Tanya Jawab (CTJ)

menggunakan alat Laptop, LCD dan Proyektor. Untuk pemeriksaan kimia darah dilakukan dengan metode rapid test menggunakan alat Accu check, jarum lancet, kapas-alkohol dan reagent. Untuk pemeriksaan kesehatan oleh dokter dilakukan dengan metode anamnesa keluhan/gejala klinis, pemeriksaan fisik dari kepala sampai kaki (*head-to-toe*). Kegiatan Pemberian obat-obatan dilakukan dengan metode pemberian informasi obat yang dilakukan oleh Apoteker.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 27-28 Nopember tahun 2020. Kegiatan ini terlaksana atas kerjasama antara Dosen dan Mahasiswa yang dinaungi oleh Badan Eksekutif Mahasiswa/BEM. Pada hari pertama (tanggal 27 Nopember 2020), mahasiswa melakukan kegiatan mengajar mengaji kepada anak-anak usia sekolah di Masjid dan melakukan Pemberian Informasi Obat/PIO ke rumah-rumah warga. Pada hari ke-2 (tanggal 28 Nopember 2020) mahasiswa membantu Dosen melakukan kegiatan pelayanan kesehatan seperti penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan dan pengobatan secara gratis. Jumlah mahasiswa yang membantu kegiatan ini berjumlah 10 orang. Mitra yang terlibat dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini antara lain Kepala Desa, Bidan Desa (Bidan Pustu) dan Kader Kesehatan Posyandu di Desa Cipakem .

Adapun Tahapan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, meliputi:

a. Tahap persiapan

- 1) Survei: penentuan lokasi, sasaran dan penentuan permasalahan yang dihadapi masyarakat
- 2) Penentuan solusi secara bersama
- 3) Perizinan kegiatan
- 4) Penyusunan materi dan kelengkapan kegiatan

b. Tahap pelaksanaan

Pengaturan jarak (protokol kesehatan); penyuluhan kesehatan; pemeriksaan kesehatan oleh Bidan Desa dan Dokter; pemberian obat oleh apoteker. Semua kegiatan dibantu oleh mahasiswa.

c. Tahap Evaluasi

Dilakukan tanya jawab secara lisan tentang materi yang diberikan. Hasil pemeriksaan dan pengobatan dilanjutkan oleh tenaga medis di desa cipakem yaitu Bidan desa dan Kader untuk memantau kondisi kesehatan peserta posbindu di bulan-bulan berikutnya.

## **HASIL, PEMBAHASAN dan DAMPAK**

Kegiatan PkM ini dimulai dengan melakukan tahapan persiapan diantaranya mengurus perizinan, menemui kepala Desa Cipakem untuk menyampaikan rencana kegiatan serta melakukan survey pendahuluan mengenai masalah kesehatan masyarakat di Desa Cipakem dengan melakukan wawancara kepada Bidan Desa. Setelah diketahui permasalahan kesehatan masyarakat di Desa Cipakem, Tim Pelaksana kegiatan PkM menyusun proposal PkM, menyiapkan bahan dan alat untuk kebutuhan kegiatan seperti media penyuluhan kesehatan, bahan-bahan untuk pemeriksaan kesehatan dan obat-obatan.

Setelah mendapatkan perizinan dan perlengkapan kegiatan telah disiapkan, pelaksana kegiatan PkM menuju lokasi kegiatan yaitu Desa Cipakem yang letaknya cukup jauh dari pusat Kota Kuningan dan akses menuju desa tersebut cukup ekstrim dimana jalan ke desa cipakem hanya bisa dilewati oleh satu mobil, jika ada mobil lain yang berlawanan arah harus bergantian karena jalannya cukup sempit, berbukit, berbatuan, banyak tikungan tajam, serta banyak jalan curam yang tidak ada pembatas, sehingga dibutuhkan kehati-hatian dalam mengendara mobil.

Kegiatan PkM di Desa Cipakem dilaksanakan selama 2 hari yang terlaksana atas kerjasama antara Dosen dan Mahasiswa yang dinaungi oleh Badan Eksekutif Mahasiswa/BEM. Pada hari pertama mahasiswa melakukan kegiatan mengajar mengaji kepada anak-anak usia sekolah di Masjid dan melakukan Pemberian Informasi Obat/PIO ke rumah-rumah warga sambil membagikan *hand sanitizer*. Pada hari ke-2, mahasiswa membantu Dosen melakukan kegiatan pelayanan kesehatan seperti penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan dan pengobatan secara gratis.

Sasaran kegiatan ini adalah peserta Posbindu di Puskesmas Pembantu (Pustu) Desa Cipakem yang berjumlah 29 orang yang termasuk pada golongan Lanjut Usia dan memiliki riwayat penyakit kronis. Selama masa pandemi lansia belum melakukan kontrol terhadap kondisi kesehatannya ke petugas kesehatan di Desa Cipakem (Posbindu). Lansia merupakan salah satu golongan umur yang termasuk pada kelompok khusus. Kelompok khusus adalah sekumpulan individu yang mempunyai kesamaan jenis kelamin, umur, dan permasalahan. Masalah kesehatan yang terjadi pada lansia dikarenakan ketidakmampuan dan ketidaktahuan mereka dalam memelihara kesehatan dan merawat diri sendiri sehingga mereka membutuhkan bimbingan dan pelayanan kesehatan. Kelompok usia lanjut sangat rawan terhadap masalah kesehatan hal ini dikarenakan keterbatasan fisik dan adanya penyakit kronis yang dideritanya seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, kanker, stroke, dan lain sebagainya (Surahman & Supardi, 2016).

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan PkM ini dibantu oleh Dokter, Mahasiswa, Bidan Desa, Kader posbindu yang telah memiliki tugasnya masing-masing. Kegiatan PkM ini dilaksanakan masih dalam kondisi pandemi, namun pelaksana dan peserta menggunakan protokol kesehatan dengan menggunakan masker, mencuci tangan dan menjaga jarak (tempat duduk antar peserta diberi jarak). Kegiatan dilakukan di 2 (dua) ruangan, yaitu Ruang Aula dan Ruang tertutup untuk pemeriksaan. Ruang Aula digunakan untuk tempat berkumpulnya sasaran (peserta posbindu), pemeriksaan kimia darah, penyuluhan kesehatan dan pemberian obat. Sedangkan di ruang tertutup dijadikan tempat Dokter melakukan pemeriksaan. Kegiatan pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh tim pelaksana kegiatan PkM, dimulai dari peserta posbindu mengisi daftar hadir kemudian peserta duduk ditempat yang telah diatur jaraknya. Mahasiswa membantu memanggil peserta posbindu satu per satu secara bergantian untuk dilakukan pengukuran Tekanan Darah dan pemeriksaan kimia darah (Kolesterol, Asam Urat, Kadar Gula Darah) yang diperiksa oleh Bidan Pustu, Kader Posbindu dan Mahasiswa.

Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan kimia darah ini bertujuan untuk mengontrol kondisi kesehatan peserta posbindu yang memiliki riwayat penyakit kronis seperti Hipertensi, Diabetes Mellitus, dan penyakit lain seperti rematik. Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan kimia darah diantaranya adalah tensi meter elektrik, reagent, kapas alkohol, alat rapid test. Jenis pelayanan kesehatan yang diberikan kepada usia lanjut di posyandu lansia (Posbindu) antara lain meliputi pemeriksaan kesehatan fisik (Pengukuran tekanan darah), penyuluhan kesehatan seperti senam lanjut usia dan lain-lain (Surahman & Supardi, 2016)

Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan kimia darah dapat dijelaskan pada gambar 1 di bawah ini





Gambar 1A Pengukuran tekanan darah

Gambar 1B Pengukuran kimia darah

Hasil pengukuran tekanan darah dan kimia darah peserta posbindu dapat dijelaskan pada Tabel 1 di bawah ini

Tabel 1. Hasil pengukuran pemeriksaan kesehatan peserta posbindu di Desa Cipakem

Hasil Pengukuran	Jumlah (n)	Prosentase (%)
<b>Usia</b>		
≥ 60 tahun	15	51,7
< 60 tahun	14	48,3
Jumlah	29	100
<b>Tekanan darah</b>		
Normal	11	37,9
Hipertensi ringan-sedang	14	48,3
Hipertensi berat	4	13,8
Jumlah	29	100
<b>Gangguan Metabolik</b>		
Kadar Asam Urat tidak normal	4	13,8
Kadar gula darah tidak normal	4	13,8
Kadar Kolesterol tinggi	2	6,9
Tidak ada gangguan metabolik	19	65,5
Jumlah	29	100

Dari Tabel 1 di atas didapatkan bahwa usia peserta posbindu mayoritas berada pada rentang usia lanjut usia (15 orang dari 29 peserta yaitu 51,7%), hasil pengukuran tekanan darah lansia di Posbindu mayoritas berada pada kategori tekanan darah ringan-sedang (14 dari 29 peserta yaitu 48,3%). Hasil kegiatan ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Dhiartini dkk 2020 yang menyatakan bahwa dua penyakit kronis yang terbanyak adalah hipertensi dan artritis atau penyakit sendi. Hasil kegiatan PkM Haiti *et al* (2021) didapatkan bahwa hasil pemeriksaan kesehatan pada 31 lansia di Panti Jompo, kadar kolesterol lebih dari

normal berjumlah 17 orang (56,66%), 23 lansia (76,6 %) memiliki tekanan darah tinggi. Menurut Pusat data dan informasi, 10 penyakit terbanyak yang di derita lansia adalah Hipertensi (Kemenkes RI, 2014).

Hasil pemeriksaan kegiatan PkM ini terdapat 4 orang lansia yang memiliki kadar gula darah tinggi. Lansia merupakan populasi yang rentan terhadap gangguan metabolisme karbohidrat yang dapat muncul sebagai Diabetes Mellitus (DM), tetapi gejala klinis DM pada lansia seringkali bersifat tidak spesifik. DM pada lansia seringkali tidak disadari hingga munculnya penyakit lain atau baru disadari setelah terjadinya penyakit akut (Kurniawan, 2010).

Hasil pemeriksaan kimia darah terdapat 10 dari 29 peserta posbindu memiliki gangguan metabolik seperti hiperkolesterol, kadar gula darah tinggi dan kadar asam urat tinggi. Hasil kegiatan PkM ini sejalan dengan hasil kegiatan PkM yang dilaksanakan oleh Widiyanti (2019) yaitu melakukan pemeriksaan asam urat dan penyuluhan gizi, dengan hasil pemeriksaan 55% lansia mengalami hiperurisemia. Hasil kegiatan yang dilakukan oleh Rismayanthi *et al* (2019) didapatkan bahwa dari 118 lansia 78 (66,1%) termasuk dalam kriteria sindrom metabolik. Hasil penelitian studi kasus yang dilakukan Larasati *et al* (2017) dari serangkaian pemeriksaan pada pasien didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, lingkar perut 120 cm, dan peningkatan kadar gula darah puasa 126 mg/dl sudah cukup untuk menegaskan diagnosis sindrom metabolik.

Hasil kegiatan PkM ini didapatkan kondisi kesehatan peserta posbindu (lansia) tidak terkontrol, hal ini dikarenakan sejak kondisi pandemi kegiatan posbindu di Pustu belum berjalan sehingga dengan adanya kegiatan PkM ini dapat membantu peserta posbindu mengetahui kondisi kesehatannya dan mendapatkan pengobatan. Kondisi lansia di desa Cipakem sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani *et al* (2021) yang menyatakan, populasi lansia dengan hipertensi selama pandemi Covid-19 belum mengalami penurunan, selama pandemi ini banyak lansia takut untuk berkunjung melakukan kontrol ke fasilitas pelayanan kesehatan dengan alasan adanya pembatasan kunjungan ke rumah sakit maupun puskesmas. Perlu dukungan yang baik dari keluarga untuk memantau dan mendampingi lansia agar patuh dalam minum obat anti hipertensi. Hal ini sejalan dengan kondisi sasaran kegiatan PkM yang dilakukan oleh Amin *et al* (2021) lansia yang menderita hipertensi di Dusun Trojayan Paremono Magelang, tidak melakukan kontrol kesehatan ke pelayanan kesehatan karena takut tertular Covid-19, sehingga dilakukan kegiatan pelatihan kepada keluarga pasien hipertensi agar dapat menjalankan perannya sebagai *caregiver* hipertensi karena dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan untuk mengontrol penyakit dari pasien terutama dalam kondisi pandemi.

Sambil menunggu giliran pemeriksaan tekanan darah dan kimia darah serta pemeriksaan fisik oleh Dokter, peserta posbindu mendengarkan penyuluhan kesehatan yang disampaikan oleh Dosen-Dosen STIKes Muhammadiyah Kuningan dengan tema penyakit kronis (Hipertensi) dan Perilaku Hidup Sehat Terhindar dari Penyakit Corona. Penyuluhan kesehatan tentang penyakit kronis (Hipertensi) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta posbindu agar peduli dengan penyakitnya sehingga tidak mengalami komplikasi, salah satunya dengan rutin minum obat agar kondisi kesehatannya terkontrol. Sedangkan penyuluhan tentang perilaku hidup sehat untuk pencegahan penyakit Corona bertujuan untuk meningkatkan kewaspadaan peserta posbindu terhadap penyakit Corona karena penderita penyakit kronis merupakan salah satu kelompok resiko tinggi terpapar penyakit Corona. Tema penyuluhan kegiatan PkM ini sejalan dengan kegiatan PkM yang dilakukan oleh Asda

& Syarifah (2020) dengan sasaran lansia yang diberikan penyuluhan tentang mengenal Covid-19 dan pencegahannya di masa pandemi

Menurut Azrul Anwar Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan sesuatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Tujuan pendidikan kesehatan yang paling pokok adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Eliana & Sumiyati, 2016).

Kegiatan penyuluhan kesehatan yang disampaikan oleh Dosen dapat dilihat pada Gambar 2 di bawah ini



Gambar 2A. Penyuluhan hipertensi      Gambar 2B Penyuluhan perilaku hidup sehat

Metode penyuluhan yang digunakan yaitu tatap muka secara langsung dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab tentang materi yang telah disampaikan. Alat yang digunakan dalam menyampaikan materi penyuluhan diantaranya Laptop, LCD, Proyektor dan pengeras suara. Kegiatan PkM ini sejalan dengan kegiatan PkM yang dilakukan oleh Herniwanti *et al* 2020, media yang digunakan untuk penyuluhan adalah slide dan video tentang PHBS. Namun kegiatan PkM berbeda dengan kegiatan PkM yang dilakukan oleh Sunnah *et al* 2020, metode dalam melakukan penyuluhan kepada lansia di masa pandemi secara online melalui *Chanel YouTube*. Menurut Surahman & Supardi (2016), metode penyuluhan yang menitik beratkan pada komunikator yaitu orang yang mengetahui pesan yang perlu disampaikan dengan menggunakan metode ceramah, siaran radio/televisi, pemutaran film, leaflet, booklet, dan poster, Metode promosi kesehatan ini juga disebut didaktik (*one way method*).

Hasil observasi secara langsung pada saat Dosen/Pemateri memberikan penyuluhan, respon peserta posbindu pada saat memperhatikan materi yang disampaikan sangat antusias yaitu mendengarkan/menyimak dengan baik dan mampu menjawab pertanyaan pada saat penyuluh memberikan pertanyaan. Bagi peserta yang mampu menjawab pertanyaan dari penyuluh diberikan bingkisan (sebagai *reward*). Penilaian dari metode ceramah suatu pendidikan kesehatan adalah Penceramah bertanya kepada pendengar tentang materi yang dibawakannya dan pendengar dapat menjawab pertanyaan tersebut. Hal ini berarti besarnya perhatian pendengar (sasaran penyuluhan) dari ceramah yang diberikan (Eliana & Sumiyati, 2016)

Pemberian *reward* kepada peserta penyuluhan yang mampu menjawab pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan oleh penyuluh dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini





Gambar 3A Post tes materi penyuluhan      Gambar 3B. Pemberian reward

Pada akhir penyampaian materi penyuluhan, pemateri memberikan 5 pertanyaan dan semua pertanyaan dapat dijawab dengan benar oleh peserta posbindu sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta posbindu (lansia) mampu memahami penjelasan dari materi penyuluhan yang diberikan. Hasil kegiatan PkM ini sejalan dengan kegiatan PkM yang dilaksanakan oleh Larasati (2021) yang menyatakan bahwa kegiatan pengabdian ini mendapat respon yang positif dari para peserta, serta pihak Puskesmas. Hasil evaluasi setelah dilaksanakan penyuluhan secara kualitatif, para peserta bisa menjawab semua (100%) pertanyaan langsung yang disampaikan oleh penyuluh dan dapat menjawab dan menjelaskan dengan cepat

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan mampu menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, dan sebagainya. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga (Surahman & Supardi, 2016)

Selain mendengarkan penyuluhan, peserta posbindu melakukan olahraga ringan dengan menggerakkan anggota badan (kaki dan tangan) yang bertujuan agar lansia rileks, melancarkan peredaran darah. Kegiatan olahraga ringan dapat dilihat pada gambar di bawah ini



Gambar 4A. Memandu olahraga ringan      Gambar 4B Lansia mengikuti gerakan

Dari Gambar 4 di atas terlihat lansia mengikuti gerakan yang di contohkan dan kader kesehatan juga mengikuti kegiatan olahraga ringan. Kegiatan olahraga ringan dalam kegata PkM ini berbeda dengan kegiatan yang dilakukan oleh Rismayanthi *et al* (2019) selain melakukan kegiatan cek kesehatan, penyuluhan juga melakukan tes kebugaran pada lansia dengan melakukan jalan cepat atau jogging, didapatkan hasil tes kebugaran lansia, baik laki-laki maupun wanita mempunyai tingkat kebugaran yang di atas rata-rata. Aktivitas olahraga dapat mampu meningkatkan sistem imunitas, kesehatan mental, kesehatan metabolik, kekuatan otot dan fungsi kardiovaskular. Manfaat olahraga dengan intensitas yang sesuai dan terprogram akan meningkatkan sistem kekebalan pada tubuh khususnya lansia. Untuk aktivitas olahraga disarankan melakukan olahraga aerobik dan anaerobik di rumah. Jadi aktivitas olahraga memberi pengaruh yang baik terhadap kebugaran jasmani untuk mengatasi penyebaran infeksi virus Covid-19 (Maulana dan Bawono, 2021)

Menurut Divine (2012) Olahraga sangat berperan penting dalam meningkatkan kesegaran jasmani, mendorong jantung bekerja secara optimal, melancarkan sirkulasi darah, memperkuat otot, mencegah pengeroposan tulang, membakar kalori, mengurangi stres dan mampu menurunkan tekanan darah. Olahraga yang tepat untuk lansia adalah senam lansia. Hasil penelitian Sudibjo *et al* (2021) didapatkan bahwa lansia yang terdiagnosis mengalami sindrom metabolik cenderung mengalami pelemahan kekuatan tungkai dan penurunan keseimbangan. Oleh karenanya, lansia perlu melakukan aktivitas fisik untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai dan keseimbangan.

Setelah peserta posbindu menjalani pemeriksaan tekanan darah dan kimia darah; mendengarkan penyuluhan kesehatan dan melakukan olahraga ringan di dalam ruang Aula, peserta posbindu dipanggil satu persatu masuk ke ruang Dokter untuk dilakukan anamnesa (menanyakan keluhan dan riwayat kesehatan), kemudian Dokter menganalisis hasil pemeriksaan kimia darah dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara *head to toe* (dari kepala hingga kaki).

Kegiatan pemeriksaan anamnesa dan pemeriksaan kesehatan oleh Dokter dapat dilihat pada gambar 5 di bawah ini



..Gambar 5A. Dokter didampingi kader kesehatan melakukan anamnesa

Gambar 5B. Pemeriksaan fisik

Pemeriksaan kesehatan ini bertujuan untuk membantu Dokter dalam menegakkan diagnosis baik secara klinik maupun diagnostik (hasil pemeriksaan kimia darah) apakah terdapat gangguan kesehatan pada lansia sehingga dapat diberikan

pengobatan. Respon para lansia setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan oleh Dokter sangat senang. Lansia leluasa mengutarakan keluhan yang dirasakan pada tubuhnya sehingga memudahkan Dokter menegakkan diagnosis dan memberikan pengobatan. Menurut Bidan Desa dan Kader Kesehatan di Desa Cipakem pada saat kegiatan Posbindu di desa sangat jarang dihadiri oleh Dokter, hal ini dikarenakan jarak desa ke Puskesmas Induk cukup jauh. Hasil kegiatan PkM ini sejalan dengan kegiatan PkM yang dilakukan oleh Tarcisia *et al* (2019) kegiatan melibatkan tim dokter melakukan pemeriksaan fisik dan konsultan hasil pemeriksaan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran para lansia untuk mengadopsi perilaku sehat, salah satunya rutin kontrol penyakit yang diderita ke pelayanan kesehatan

Setelah peserta posbindu melakukan pemeriksaan oleh Dokter, Dosen STIKes Muhammadiyah Kuningan yang juga berprofesi sebagai Apoteker memberikan obat sesuai resep yang diberikan dokter dan memberikan penjelasan tentang dosis, cara minum obat dan informasi lainnya. Respon peserta posbindu pada saat menerima obat dan informasi mengenai obat sangat senang dan tampak memahami penjelasan yang diberikan oleh apoteker. Pelayanan informasi obat yang dilakukan oleh tenaga farmasi ke pasien bertujuan agar penggunaan obat berjalan secara efektif, dapat meminimalkan terjadinya efek yang tidak diinginkan dan biaya yang terjangkau. Edukasi informasi obat yang diberikan kepada pasien adalah rangkaian dari pelayanan informasi yang memberikan pemahaman kepada pasien terutama berkaitan dengan kepatuhan pasien dalam menggunakan obat sehingga pasien akan mendapatkan pendidikan penggunaan obat yang efektif dan aman (Rusly, 2016).

Kegiatan informasi obat kepada peserta posbindu dapat dilihat pada gambar 6 di bawah ini



Gambar 6. Pemberian label obat dan informasi obat oleh dosen dan mahasiswa

Selama kegiatan pemeriksaan penyuluhan dan pelayanan kesehatan lainnya diberikan kepada peserta posbindu, respon dari perangkat desa (Kepala Desa, Sekretaris Desa, Ibu Ketua PKK, Bidan Desa dan Kader kesehatan) sangat senang dengan adanya kegiatan PkM ini di Desa Cipakem dimana desa ini letaknya cukup jauh dari pusat kota dan akses ke pelayanan kesehatan seperti puskesmas induk sangat jauh sehingga bidan desa di Pustu sangat terbantu dalam menghidupkan kembali kegiatan posbindu selama kondisi pandemi. Perangkat desa cipakem berharap, kegiatan ini dapat berlanjut dikemudian hari dengan kegiatan yang sama atau kegiatan lainnya yang bermanfaat bagi masyarakat desa cipakem. Kegiatan PkM ini berjalan lancar karena petugas telah melaksanakan tugasnya dengan baik, perangkat desa memfasilitasi dan sangat mensupport kegiatan ini sehingga tidak ada kendala apapun selama kegiatan berlangsung.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) di Desa Cipakem dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta posbindu tentang penyakit hipertensi dan perilaku hidup sehat serta peserta posbindu mampu menjawab pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan saat penyuluhan. Peserta Posbindu (Lansia) memahami penjelasan informasi obat dari Apoteker. Hasil pemeriksaan tekanan darah, dari 29 peserta posbindu, 14 diantaranya (48,3%) mengalami peningkatan tekanan darah. Hasil pemeriksaan kimia darah 10 orang Lansia memiliki gangguan metabolik seperti kadar kolesterol tinggi, kadar gula darah tinggi dan kadar asam urat tinggi. Dengan adanya kegiatan PkM ini, kondisi kesehatan Lansia di masa pandemi dapat terkontrol dan diobati.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pelaksana Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Cipakem mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ketua STIKes Muhammadiyah Kuningan yang telah memberikan dana kegiatan PkM
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan dan persetujuan penyediaan obat
3. Kepala Gudang Farmasi Kabupaten Kuningan yang telah menyediakan obat-obatan yang dibutuhkan
4. Bidan Desa dan Kader kesehatan yang membantu memberikan pelayanan kesehatan
5. Kepala Desa Cipakem dan perangkatnya yang telah mengizinkan dan menyediakan sarana dan prasarana untuk kelancaran kegiatan
6. Dokter yang telah bersedia menyediakan waktunya untuk melakukan pemeriksaan kesehatan

## DAFTAR PUSTAKA

- Amin,M.K., Khasanah,S.R., Febryani, T.D.,Paramita, H.D., Kinasi, H.F.S. Optimalisasi Peran CaregiverHipertensi saat Pandemi Covid-19 di Dusun Trojayan Paremono Magelang. *COMMUNITY EMPOWERMENT*. Vol.6, No.2 (2021) pp.193-199p-ISSN: 2614-4964, e-ISSN: 2621-4024
- Asda, P dan Syarifah, N. Penyuluhan Kesehatan Tetap Sehat di Masa Pandemi Covid-19. *DIMAS*, Vol. 2 No. 2, Juli 2020: 91-94. ISSN 2656 3843. Tersedia online di <https://jurnal.stikeswirahusada.ac.id/dimas>
- Diarthini, N.L.P.E ., Sudarmaja, I.M ., Swastika, I.K ., Ariwati, N.L. 2020. Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pelayanan Kesehatan dan Edukasi Kesehatan secara Personal pada Lansia di Desa Melinggih Payangan Gianyar Bali. *Buletin Udayana Mengabdi*. Vol.19, No.4, Oktober
- Divine GJ. 2012. Program Olahraga tekanan Darah Tinggi. Klaten : PT Intan Sejati.
- Eliana & Sumiyati, S. 2016. Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI (BPPSDMK)
- Haiti, M., Anggraini, N., Sari, M., Septie, L., Manurung,A., Sihotang, P., Oktasari, Rindi, D., Arvera, Y. Pemeriksaan Kesehatan Menuju Lansia Sehat dan Bugar. *Khidmah.ikestmp.ac.id*. Volume 3, Nomor 1, Juni 2021. P-ISSN : 2654-864X Doi : 10.52523/khidmah.v3i1.344



- Herniwanti., Dewi, O., Yunita, J., Rahayu, E.P. 2020. Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS) dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) kepada Lanjut Usia (LANSIA) Menghadapi Masa Pandemi Covid 19 dan New Normal dengan Metode 3M. *Jurnal Abdidas*. Volume 1 Nomor 5, Halaman 363 - 372 p-ISSN 2721-9224 e-ISSN 2721-9216 DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.82>.
- Kurniawan, I. Diabetes Melitus Tipe 2 pada Usia Lanjut. *Maj Kedokt Indon*, Volum: 60, Nomor: 12, Desember 2010
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. 2020. Panduan Perlindungan Lanjut Usia Berperspektif Gender pada Masa Covid-19.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. Panduan pelayanan kesehatan lanjut usia pada Era Pandemi COVID-19. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan R.I. 2014. Pedoman Umum Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kemenkes R.I
- Larasati, TA., Angraini, D.I., Sudarsono, D.F. Penatalaksanaan Holistik pada Lansia dengan Sindrom Metabolik dan Osteoartritis *J AgromedUnila* , Volume 4, Nomor 1, Juni 2017
- Larasati, D. Peningkatan Informasi Penyakit dengan Komorbid Hipertensi pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Piyungan. *Jurnal Abdi mas Madani*, Vol.3, No1, Januari 2021 (hal 21-25). ISSN(P):2656-9471ISSN(E):2716-2958
- Maulana, G.W dan Bawono, M.N. Peningkatan Imunitas Tubuh Lansia Melalui Olahraga Pada Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga* Vol. 09. No. 03, September 2021, Hal 211 - 220
- Oktaviani, N. P.W., Nopindrawati, N.P., Ni Wayan Trisnadewi, N.W., Adiputra, S. I.M. Dukungan Keluarga Mengontrol Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi pada Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*. Volume 13 Nomor 2, Juni 2021e-ISSN2549-8118;p-ISSN2085-1049<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Rismayanthi,C., Sudibjo,P., Arovah, N.I., Apriyanto, K.D. Penyuluhan Aktifitas Fisik dan Screening Parameter SIndrom Metabolik pada Populasi Lansia. *MEDIKORA*, Vol. XVIII No. 1 April 2019 - 34. ISSN: 0216-9940
- Rusly. 2016. Farmasi Rumah Sakit dan Klinik. Jakarta: Kemenkes RI (BPPSDMK)
- Sudibjo, P., Rismayanthi, C., & Apriyanto, K.D. (2021). Hubungan antara Sindrom Metabolik dengan Kebugaran Jasmani pada Lansia. *Jurnal Keolahragaan*, 9 (2), 159-167. doi: <https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.41007>
- Sunnah, I., Pujiastuti, A., Liyanovitasari. Upaya Peningkatan Dan Monitoring Obat, Kesehatan Fisik Serta Psikologis Pada Pasien Penyakit Kronis Selama Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)* Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo. ISSN 2657-1161 (cetak) , ISSN 2657-117X (online)
- Surahman & Supardi, S. 2016. Ilmu Kesehatan Masyarakat PKM. Jakarta: Kemenkes RI (BPPSDMK)
- Tarcisia, T. Karjadidjaja, I., Santoso, A.H. Peningkatan Kewaspadaan terhadap Sindrom Metabolik pada Lansia di Keuskupan Agung Jakarta (KAJ). *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, Vol. 2, No. 2, November 2019, Hal. 7-12 . ISSN 2620-7710 (Versi Cetak)
- Widiyany, F.L. 2019. Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Posyandu Lansia Dusun Demangan Gunungan, Pleret, Bantul. *Jurnal Pengabdian “ Dharma Bakti “* Vol.2, No.2, Agustus.