

Pelayanan Kesehatan Terhadap Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Di Kelurahan Meruya Selatan Jakarta

Sisca^{1*}, Monica Dwi Hartanti¹, Orliando Roeslan¹, David¹, Yani Kurniawan¹, ML Edy Parwanto¹, Joey Joshua Vidova Tjahyadi²

¹Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia.

²Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia.

Email : sisca@trisakti.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak - Lanjut usia, atau lansia, adalah bagian dari proses kehidupan yang harus dialami oleh semua orang. Tujuan: untuk membantu masyarakat lansia di wilayah Lukas gereja Maria Kusuma Karmel Paroki Jakarta Barat Kelurahan Meruya Selatan agar dapat meningkatkan kualitas hidup mereka terutama dari domain fisik melalui kegiatan penyuluhan, pelayanan kesehatan dan pengobatan sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Metode: Pelayanan kesehatan dilakukan terhadap 60-70 orang lansia Kelurahan Meruya Selatan. Tim pengabdian terdiri dari 6 orang dosen dan 3 orang mahasiswa. Dilakukan pengukuran tekanan darah, tinggi dan berat badan, glukosa, asam urat dan kolesterol Hasil : Pemeriksaan tekanan darah tinggi diderita sekitar 37% warga lansia, kolesterol 33%, glukosa sewaktu 10%, dan asam urat 57%. Kesimpulan: Pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi bagian penting untuk pencegahan dan tatalaksana penyakit kronis yang komprehensif. Dukungan keluarga dan masyarakat setempat dapat membantu warga lansia dalam menjalani pengobatan untuk meningkatkan kualitas hidup.

Kata Kunci: Pelayanan Kesehatan, Lansia, Kualitas Hidup

Abstract - Elderly people are part of the life process that cannot be avoided and will be experienced by every human being. Objective: to help the elderly community in the area of the Lukas Church of Maria Kusuma Karmel Parish, West Jakarta, Meruya Selatan Subdistrict to improve their quality of life, especially in the physical domain, through counseling activities, health services and treatment so that it is hoped that it can improve the quality of life of the elderly. Method: Health services were provided to 60-70 elderly people in South Meruya Village. The service team consists of 6 lecturers and 3 students. Blood pressure, height and weight, glucose, uric acid and cholesterol were measured. Results: High blood pressure was checked for around 37% of elderly people, 33% for cholesterol, 10% for glucose and 57% for uric acid. Conclusion: Regular health checks are an important part of comprehensive prevention and management of chronic diseases. Family and local community support can help elderly residents undergo treatment to improve their quality of life.

Keywords: Health Services, Elderly, Quality Of Life

1. PENDAHULUAN

Selama hampir lima puluh tahun terakhir, persentase orang Indonesia yang termasuk dalam kategori usia lanjut (lansia) telah meningkat. Pada tahun 2020, sekitar 9,78% penduduk adalah lansia. Kelurahan Meruya Selatan berada di kecamatan Kembangan, Jakarta Barat, dan merupakan daerah dengan populasi yang padat dan sebagian besar masyarakatnya berasal dari kelas ekonomi menengah ke bawah. Di wilayah tersebut tinggal 59.951 orang, yang tersebar di 11 wilayah RW dan 84 RT. Sekitar 9% dari populasi adalah kelompok usia lanjut dengan tingkat ekonomi keluarga menengah ke bawah.^{1,7,8}

Sebagian besar orang lanjut usia cenderung mengurangi aktivitas sehari-hari karena berbagai alasan, seperti penurunan stamina tubuh, penyakit, dan kondisi lingkungan yang tidak mendukung. Selain itu, orang yang lebih tua mengalami penurunan massa otot, perubahan dalam distribusi aliran darah ke otot, penurunan pH sel otot, dan penurunan kekuatan otot. Semua ini dapat mempengaruhi kemampuan orang tua untuk melakukan banyak hal di dalam dan di luar rumah.²

Jika orang tua mengetahui tentang pentingnya menjalankan gaya hidup sehat, mereka dapat mencegah atau memperlambat perkembangan penyakit. Selain itu, menerapkan gaya hidup yang sesuai dengan kondisi penyakit mereka dapat membantu mengontrol perkembangan penyakit tersebut. Umur harapan hidup orang di negara maju lebih lama dibandingkan dengan orang di negara

berkembang. Orang-orang yang lebih tua di negara-negara maju bahkan mungkin tetap memiliki kemampuan dan penampilan yang sama dengan orang-orang yang lebih muda. Mereka memiliki pemikiran yang tajam, dapat mengemudikan mobil, dan masih aktif dalam kegiatan. Fenomena ini menunjukkan bahwa ada komponen yang berkontribusi pada perbedaan tersebut. Untuk memastikan bahwa kualitas hidup tetap optimal seiring bertambahnya usia, berbagai upaya dilakukan untuk memastikan bahwa tubuh tetap berfungsi dengan baik. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran orang tua untuk menerapkan dan menjalankan gaya hidup sehat, yang dimulai dengan mengonsumsi makanan yang sehat dan seimbang serta berpartisipasi dalam aktivitas fisik atau olahraga. Perilaku sehat ini dapat meningkatkan kesehatan mereka dan mendukung aktivitas mereka dengan fungsi tubuh yang paling baik.⁴⁻⁶

2. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian ke masyarakat ini dimulai dari observasi di daerah yang dituju di kelurahan Meruya Selatan terlihat kualitas hidup para lansia di daerah ini kurang kebanyakan lansia hanya berdiam diri di rumah dan mengalami berbagai macam penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, radang sendi dan lain-lain. Setelah itu dilanjutkan dengan tahap persiapan dengan menghubungi ketua dan anggota perkumpulan lansia wilayah Lukas gereja Maria Kusuma Karmel Paroki Jakarta Barat untuk rencana kegiatan yang berupa penyuluhan manfaat aktivitas bagi lansia dilanjutkan dengan kegiatan pengobatan terkait dengan penyakit lansia. Partisipasi mitra berupa tempat untuk pelaksanaan dan peralatan pendukung seperti meja, kursi dan audiosistem untuk pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pelayanan kesehatan yang diadakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti dan Lansia wilayah Lukas Gereja dilaksanakan di salah satu rumah warga lansia, yang beralamatkan di Taman Meruya Ilir. Warga lansia yang hadir sekitar 60 orang yang merupakan kelompok lansia wilayah yang aktif dalam setiap kegiatan kelompok. Kegiatan ini diawali dengan pengukuran tekanan darah, tinggi dan berat badan, glukosa, asam urat dan kolesterol. Kemudian dilaksanakan kegiatan konsultasi dokter untuk memberikan edukasi pencegahan dan mengurangi risiko penyakit serius terhadap lansia.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah warga lansia yang hadir pada kegiatan ini adalah 60 warga terdiri dari laki-laki 15% dan wanita 85%. Dari hasil pemeriksaan didapatkan warga lansia yang menderita hipertensi belum terkontrol sekitar 37%, dimana laki-laki 14% dan wanita 86%. Hal ini dikarenakan tingkat kepatuhan minum obat, modifikasi perilaku gaya hidup sehat belum optimal dan jarang mengontrol tekanan darah secara rutin.

Selain itu, hasil pemeriksaan kolesterol pada warga lansia meningkat sekitar 33% dimana diderita oleh laki-laki 12% dan wanita 88%. Pemeriksaan glukosa sewaktu yang melebihi batas normal diderita sekitar 10% warga lansia, sedangkan pemeriksaan asam urat yang meningkat sekitar 57% warga lansia.

Dari hasil kegiatan ini warga lansia wanita lebih banyak yang hadir pada kegiatan ini, hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin tersebut yang paling banyak membutuhkan bantuan perawatan medis maupun dukungan sosial.⁹ Meningkatnya kebutuhan pelayanan kesehatan pada lansia dapat disebabkan oleh adanya perubahan fisiologis dan juga adanya penyakit kronis yang dialami pada kelompok tersebut.¹⁰

Penyakit yang diderita warga lansia erat kaitannya dengan gaya hidup/*life style*. Saat ini telah banyak cara-cara yang dilakukan, baik oleh sarana pelayanan kesehatan swasta dan pemerintah dalam upaya pencegahan, terapi dan rehabilitatif. Para lansia disarankan untuk selalu memonitor kesehatan ke fasilitas kesehatan yang berada di lingkungannya dan juga ke pelayanan tenaga kesehatan dokter spesialis untuk lansia yang memiliki risiko/rentan terhadap penyakit tertentu. Beberapa kekurangan dalam upaya pengobatan di lokasi pemeriksaan kesehatan termasuk kurangnya pemantauan pemeriksaan tekanan darah ulang, pemeriksaan laboratorium, dan pemantauan perubahan gaya hidup sehat.



Gambar 1. A. Pemeriksaan darah; B. Pemeriksaan tekanan darah; C. Tim dokter, laboran, mahasiswa dan warga lansia.

4. KESIMPULAN

Pemeriksaan kesehatan seperti tekanan darah, glukosa darah, kolesterol, dan asam urat ditunjukkan bermanfaat bagi warga lansia karena mereka menunjukkan keinginan dan semangat yang kuat untuk mengendalikan faktor risiko mereka, seperti mengonsumsi obat secara teratur dan berkonsultasi dengan dokter spesialis penyakit dalam untuk mendapatkan perawatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Lansia di wilayah Lukas gereja Maria Kusuma Karmel Paroki Jakarta Barat Kelurahan Meruya Selatan yang membantu tim pengabdian untuk menjalankan pelayanan kesehatan berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial. Statistik penduduk lanjut usia 2020. Badan Pusat Statistik;2020.
- [2] Indrayani, Ronoatmodjo S. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. Kespro.2018;9(1):69-78.
- [3] Pangkahila W. Tetap muda, sehat, dan berkualitas (Konsep Anti-Aging Medecine). Jakarta: PT Kompas Media Nusantara; 2017.
- [4] Shalahuddin I, Maulana I, Rosida W. Intervensi untuk peningkatan kualitas hidup lanjut usia dari aspek psikologis. JKI 2021;9(2):335-48

- [5] Phillips SM, Wojcicki T, McAuley E. Physical activity and quality of life in older adults : an 18-month panel analysis. *Qual Life Res* 2013;22(7):1647-54.
- [6] Yen HY, LinLJ, Quality of life in older adults : benefits from the productive engagement a physical activity. *JESF* 2018;16(2):49-54
- [7] Depkes RI. Masalah Kesehatan Pada Lansia. Available at: <https://www.yankes.kemendes.go.id>
- [8] Riskesdas 2018. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta. Lembaga Penerbit dan Pengembangan Kesehatan: 2018.
- [9] Hosain, G.M. and Begum, A. Health Needs and Health Status of the Elderly in Rural Bangladesh. *Asia Pacific Journal of Public Health*2003;15:3-9. <https://doi.org/10.1177/101053950301500102>
- [10] Maresova P, Javanmardi E, Barakovic S, Barakovic Husic J, Tomsone S, Krejcar O, Kuca K. Consequences of chronic diseases and other limitations associated with old age - a scoping review. *BMC Public Health*. 2019 Nov 1;19(1):1431. doi: 10.1186/s12889-019-7762-5. PMID: 31675997; PMCID: PMC6823935.