

Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu-Lansia Tentang Penyakit Infeksi dan Hipertensi untuk Meningkatkan Promosi Kesehatan pada Masyarakat Lanjut Usia

Betty Suryawati^{1*}, Marwoto¹, Jusuf Soebagyo^{1,2}, Harsini^{1,2}, Reviono^{1,2}, Arthrien Adiputri^{1,2}, Brigitta Devi Anindita Hapsari^{1,2}

1. Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta

2. Departemen Ilmu Penyakit Paru, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta

ABSTRAK

Pendahuluan: Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok masyarakat yang mempunyai resiko tinggi untuk mendapatkan penyakit, baik penyakit degeneratif maupun penyakit infeksi. Salah satu penyakit yang sering terjadi pada usia lanjut adalah hipertensi dan penyakit infeksi. Pengetahuan tentang penyakit sangat penting agar lansia dapat mengenali faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit. Kader posyandu lansia mempunyai peranan penting dalam promosi kesehatan pada lansia; sehingga peningkatan pengetahuan dan skill kader posyandu tentang penyakit hipertensi dan infeksi sangat penting dalam pencegahan dan pengurangi risiko penyakit infeksi pada lansia. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan peningkatan pengetahuan kader posyandu lansia dalam hal penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia dan penyakit hipertensi.

Metode: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bekerjasama dengan pemerintah Kelurahan Mojo, Kecamatan Pasarkliwon, Kota Surakarta. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan ceramah kepada kader lansia di kelurahan Mojo, tentang penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia dan penyakit hipertensi, yang meliputi faktor risiko, tanda dan gejala, dan upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan. Selain itu untuk mengevaluasi kegiatan ini dilakuka *pre-* dan *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader posyandu lansia tentang penyakit infeksi dan hipertensi.

Hasil dan Pembahasan: Jumlah peserta kegiatan adalah sebanyak 80 kader posyandu. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kader lansia sudah mempunyai pengetahuan yang cukup tentang hipertensi dan penyakit infeksi pada lansia, tetapi dalam beberapa hal masih perlu ditingkatkan, terutama dalam pengetahuan tentang klasifikasi hipertensi, cara pengukuran tekanan darah yang benar, dan penyakit infeksi. Didapatkan peningkatan nilai *post-test* yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dari kader posyandu setelah diberikan paparan tentang materi tersebut.

Kesimpulan: Terjadi peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan penyakit infeksi pada kader posyandu lansia.

Kata kunci: Hipertensi; Infeksi; Usia lanjut; Kader; Posyandu

ABSTRACT

Introduction: There is a direct relationship between increasing age and susceptibility infections and also degenerative diseases. In addition, the prevalence of hypertension and infection among elderly people were found to be high. Knowledge about risk factor of hypertension and infection in elderly is important for disease prevention. Posyandu-lansia cadres have a significant role in health promotion, including for the elderly community. Therefore, increasing knowledge and skill of posyandu cadres about infectious diseases and hypertension are important to promote healthy lifestyle and reduce risk factors among elderly. The aim of this community service which is to increase knowledge of posyandu-lansia cadres about infection and hypertension.

Methods: The method us in the community service is by giving a lecture to posyandu-lansia cadres in Mojo sub-district, Pasarkliwon district, in Surakarta city about infectious diseases and hypertension, including

Correspondence: Betty Suryawati, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta,
E-mail: betty.suryawati@staff.uns.ac.id

risk factors, sign and symptoms, and prevention. In this activity also has been conducted pre- and post-test to evaluate the knowledge of the cadres about infection and hypertension.

Results and discussions: *This community service activity was attended by approximately 80 posyandu-lansia cadres in Mojo sub-district, Pasarkliwon district, Surakarta. The activities included lecture about infection in elderly, risk factors and how to prevent from infection and hypertension, and skills in blood pressure measurement. The evaluation using pre- and post-test showed that there was an increase of knowledge of posyandu-lansia cadres about antibiotics, infection, and hypertension.*

Conclusion: *There is an increase of knowledge about infection, hypertension, and how to prevent these diseases in elderly community among posyandu-lansia cadres.*

Keywords: *hypertension; infectious; elderly; cadres; posyandu-lansia*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah individu yang berusia 60 tahun keatas. Di Indonesia, jumlah lansia semakin meningkat dari tahun ketahun. Saat ini, Indonesia memasuki periode *aging population*, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%)¹.

Proses penuaan merupakan siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan menurunnya berbagai fungsi organ dalam tubuh yang menyebabkan rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit². Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang dan menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Data World Health Organization³ menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya⁴. Selain hipertensi, penyakit akibat infeksi juga merupakan penyakit yang sering terjadi pada lansia. Penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah infeksi saluran pernafasan, infeksi kulit, infeksi saluran pencernaan, dan infeksi saluran kencing. Untuk mencegah terjadinya komplikasi dari hipertensi maupun penyakit infeksi perlu dilakukan promosi kesehatan dan peningkatan pengetahuan dari masyarakat lansia.

Penyakit infeksi merupakan penyakit yang sering terjadi pada populasi lanjut usia. Penyakit infeksi merupakan penyebab kematian pada 60% populasi yang berumur 65 tahun atau lebih⁵. Tingginya prevalensi penyakit infeksi pada lansia diantaranya adalah karena terjadi perubahan fungsi anatomis dari organ-organ, penurunan sistem imunitas, dan penegakan diagnosis penyakit infeksi dan terapi yang lebih kompleks^{5,6}. Penyakit infeksi dapat disebabkan karena agen patogen seperti bakteri, jamur, dan virus. Beberapa infeksi yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah infeksi saluran pernafasan dan paru seperti pneumonia dan influenza, infeksi saluran kencing, dan infeksi kulit⁶.

Pneumonia merupakan salah satu penyakit utama infeksi jaringan paru yang sering menyebabkan kematian. Dilaporkan lebih dari 60% pasien dengan usia 65 tahun masuk rumah sakit karena pneumonia⁵. Perubahan-perubahan fisik pada lansia, terutama penurunan transport mukosiliar, penurunan elastisitas alveoli, penurunan reflek batuk menyebabkan lansia rentan

terhadap infeksi⁵. Selain infeksi saluran pernafasan, individu usia lanjut juga rentan terhadap infeksi saluran kencing. Manifestasi infeksi saluran kencing pada lansia mempunyai kondisi yang bervariasi dari adanya bakteri urin yang tidak bergejala sampai terjadi urosepsis. Beberapa faktor risiko terjadinya infeksi saluran kencing yang bergejala diantaranya adalah pada keadaan *immunosenescence*, terpapar bakteri *pathogen* dirumah sakit, adanya penyakit komorbid, dan riwayat infeksi saluran kencing sebelumnya⁷.

Infeksi yang juga sering terjadi pada lansia adalah infeksi kulit. Kulit merupakan organ yang terdiri dari epidermis, dermis dan subkutis. Pada proses penuaan terjadi penurunan kandungan lemak dan air pada lapisan terluar kulit atau stratum korneum, pengecilan ukuran sel sehingga menyebabkan kulit lansia cenderung kering dan tipis, sehingga rentan terhadap perlukaan dan infeksi⁸. Penyakit kulit yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah selulitis, ulkus⁹. Faktor risiko sering terjadinya infeksi kulit pada lansia adalah kondisi penurunan sistem imun yang berhubungan dengan usia, kebersihan, dan kemampuan respon terhadap infeksi bakteri, virus dan jamur¹⁰.

Pada saat ini populasi lansia semakin meningkat dan penyakit kardiovaskuler merupakan salah satu penyakit penyebab kematian yang paling sering. Tingginya tekanan darah atau hipertensi merupakan salah satu dari problem utama pada individu dewasa. Saat ini, prevalensi penyakit hipertensi semakin meningkat. Diperkirakan 1.28 milyar individu berusia 30-79 tahun diseluruh dunia mempunyai hipertensi, Prevalensi hipertensi tinggi pada semua status sosial masyarakat, dan prevalensi meningkat dengan meningkatnya usia sampai dengan 60% pada populasi yang berusia lebih dari 60 tahun¹¹. Saat ini dilaporkan bahwa dua pertiga kasus hipertensi terjadi pada kelompok usia lebih dari 65 tahun¹². Hampir 50% dari penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mempunyai kondisi tersebut³. Hipertensi merupakan faktor risiko yang penting pada morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskuler, terutama pada populasi lanjut usia. Hipertensi memerlukan kontrol yang optimal dan pengobatan yang terus menerus untuk mengurangi risiko penyakit kardiovaskuler, *cerebrovasculer* dan penyakit ginjal.

Diagnosis hipertensi di tentukan berdasarkan tekanan darah. Klasifikasi hipertensi menurut JNC 8 dapat dilihat pada tabel 1¹³. Diagnosis hipertensi ditegakkan dengan melakuka pengukuran sebanyak 3 kali pada 2 kesempatan yang berbeda. Faktor risiko hipertensi ada dua, yaitu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi meliputi diet yang tidak sehat (tinggi garam, tinggi asam lemak jenuh, rendah serat dan buah), tidak ada aktifitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, dan kelebihan berat badan³. Faktor risiko ini dapat diturunkan dengan merubah pola makan, aktifitas fisik/olahraga, dan menghindari merokok dan alkohol. Faktor risiko yang tidak dapat dirubah adalah adanya riwayat keluarga dengan hipertensi, umur diatas 65 tahun, dan adanya penyakit komorbid seperti diabetes mellitus atau penyakit ginjal³.

Posyandu lansia memiliki peran penting untuk menjaga kualitas hidup lansia di masyarakat. Kegiatan yang dilakukan pada posyandu lansia adalah senam lansia, permainan, pemeriksaan kesehatan, penyuluhan kesehatan, gerakan hidup sehat, dan kegiatan lain misalnya keterampilan dan seni. Dalam bidang kesehatan, posyandu-lansia secara langsung dapat memberikan akses untuk skrining kesehatan lansia. Peranan kader posyandu-lansia sangat penting dalam promosi kesehatan dan skrining awal kesehatan lansia, sehingga, peningkatan kemampuan kader posyandu lansia merupakan hal yang penting untuk tercapainya keberhasilan program dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Pengetahuan tentang penyakit hipertensi, teknik pengukuran tekanan darah dan penyakit infeksi sangat penting untuk mengenali faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit tersebut. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk

meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia diwilayah Kelurahan Mojo, Kecamatan Pasarkliwon, Kota Surakarta, terutama pengetahuan tentang hipertensi dan penyakit infeksi pada lansia dan penyegaran tentang pengukuran tekanan darah yang benar.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bekerjasama dengan pemerintah Kelurahan Mojo, Kecamatan Pasarkliwon, Kota Surakarta. Kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan kader posyandu- lansia tentang penyakit infeksi dan hipertensi dilakukan dengan beberapa kegiatan. Kegiatan ini ditujukan untuk kader posyandu-lansia dan diikuti oleh 80 orang kader posyandu lansia. Lokasi kegiatan ini adalah di kelurahan Mojo, Kecamatan Pasarkliwon, Kota Surakarta. Kegiatan dilakukan pada bulan Juli 2022. Aktivitas yang dilakukan adalah dengan melakukan ceramah dan diskusi tentang hipertensi dan penyakit infeksi pada lansia, serta konsultasi tentang penyakit infeksi pada lansia yang sering dijumpai oleh kader posyandu-lansia. Selain ceramah kesehatan juga dilakukan penyegaran tentang teknik pengukuran tekanan darah dan interpretasinya. Evaluasi untuk menilai tingkat pengetahuan kader posyandu-lansia tentang penyakit infeksi dan hipertensi dilakukan dengan memberikan kuesioner terkait topik tersebut sebelum dan sesudah kegiatan; data kemudian dianalisis dan disajikan secara deskriptif.

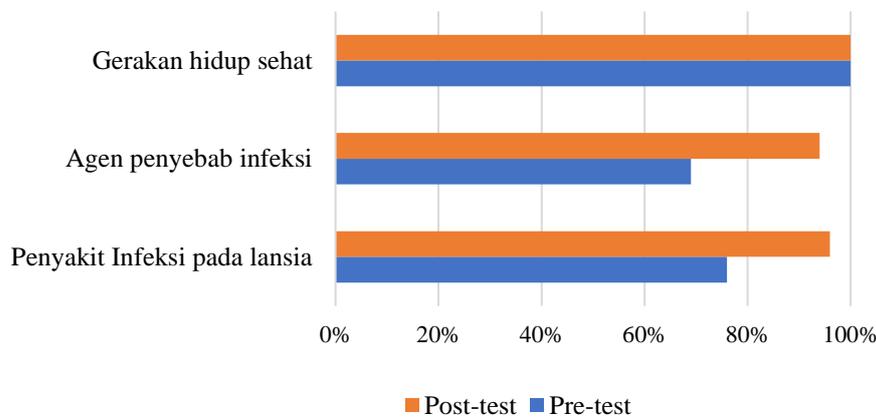
HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep dasar pengembangan pelayanan atau program kesehatan lansia adalah diharapkan lansia yang sehat tetap sehat dengan mengoptimalkan fungsi fisik, mental, kognitif dan spiritual, melalui upaya promotif dan preventif, termasuk kegiatan pemberdayaan lansia. Lansia yang sakit diharapkan dapat meningkat status kesehatannya dan optimal kualitas hidupnya sehingga lansia dapat sehat kembali¹. Program-program dalam posyandu-lansia tersebut umumnya dititikberatkan pada upaya penyuluhan dan pencegahan penyakit. Sasaran langsung posyandu-lansia adalah pra usia lanjut (45-59 tahun), usia lanjut (60 tahun keatas, dan usia lanjut dengan risiko tinggi (70 tahun keatas). Sasaran tak langsung adalah keluarga lansia, organisasi sosial dibidang pembinaan orang lanjut usia, dan masyarakat umum.

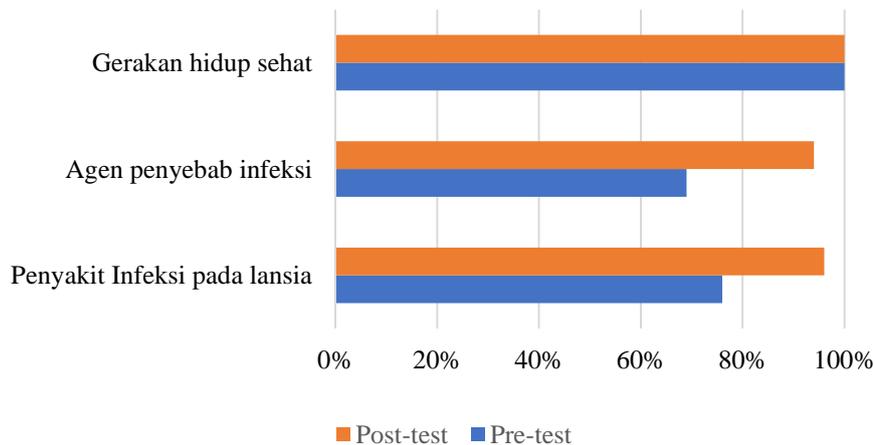
Posyandu-lansia adalah program yang pembentukan dan pelaksanaannya dilakukan berdasarkan inisiatif masyarakat, sehingga kegiatan dan layanan menyesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat di daerah tersebut. Oleh sebba itu peranan masyarakat yang menjadi kader posyandu sangat penting untuk berjalannya program-program posyandu-lansia. Pengetahuan kader posyandu-lansia dalam bidang kesehatan terutama dalam promosi kesehatan secara tidak langsung akan meningkatkan kesehatan pada lansia. Ceramah kesehatan tentang penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia dan juga penyakit hipertensi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kader dan meningkatkan upaya preventif untuk mencegah terjadinya komplikasi yang berat.

Pengetahuan kader posyandu-lansia tentang penyakit infeksi dan hipertensi dilihat dari kuesioner yang berisi pertanyaan pertanyaan terkait infeksi dan hipertensi. Pertanyaan-pertanyaan terkait dengan infeksi meliputi: penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia, faktor risiko infeksi pada lansia, peranan bakteri dan virus sebagai penyebab infeksi, dan gerakan hidup sehat. Selain itu pertanyaan tentang penyakit hipertensi meliputi: klasifikasi hipertensi, faktor risiko hipertensi, komplikasi hipertensi, dan teknik pengukuran tekanan darah yang benar. Responden yang mengisi kuesioner sebanyak 80 orang.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui *pre-* dan *post-test* tentang penyakit infeksi dan hipertensi pada lansia, didapatkan hasil seperti pada Gambar 1 dan 2. Dari hasil tersebut, diketahui bahwa pengetahuan kader posyandu tentang penyakit infeksi dan hipertensi sudah baik, dengan rata-rata jawaban benar untuk semua pertanyaan adalah 80% dari seluruh responden. Pengetahuan tentang penyakit infeksi pada lansia, terjadi peningkatan dari 76% menjadi 96%. Dalam pengetahuan tentang penyebab infeksi terjadi peningkatan pengetahuan dari 69% menjadi 94%. Pada gerakan hidup sehat, pengetahuan kader sangat bagus, yaitu 100% responden dapat menjawab dengan benar baik pada *pre-* maupun *post-test*. Pada pengetahuan tentang hipertensi, terjadi peningkatan yang signifikan dalam hal pengetahuan tentang kriteria klasifikasi hipertensi dan komplikasi hipertensi.



Gambar 1. Persentase responden dengan jawaban benar dalam pengetahuan tentang penyakit infeksi



Gambar 2. Persentase responden dengan jawaban benar dalam pengetahuan tentang hipertensi.

KESIMPULAN

Penyakit infeksi yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah penyakit infeksi saluran pernafasan (influenza, pneumonia), infeksi kulit, dan infeksi saluran kencing. Gerakan masyarakat hidup sehat merupakan hal yang penting untuk mencegah terjadinya penyakit infeksi maupun non infeksi seperti hipertensi pada lansia. Penyegaran melalui ceramah tentang penyakit infeksi dan hipertensi kepada kader posyandu-lansia dapat meningkatkan pengetahuan para kader dan diharapkan dapat meningkatkan kesehatan lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian masyarakat ini didanai oleh Hibah Grup Riset (HGR) Pengabdian Kepada Masyarakat, Universitas Sebelas Maret.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemkes-RI. Indonesia Masuki Periode Aging Population2019 29 November 2022]. Available from: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masuki-periode-aging-population.html>.
2. Akbar F. Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics Of Hypertension In The Elderly). *Journal Wawasan Kesehatan*. 2020;5.
3. WHO. Hypertension2021. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#:~:text=What%20are%20the%20risk%20factors,and%20being%20over%20weight%20or%20obese>.
4. Kemkes-RI. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. 2019.
5. Mouton CP, Bazaldua OV, Pierce B, Espino DV. Common infections in older adults. *Am Fam Physician*. 2001;63(2):257-68.
6. Haynes L. Aging of the Immune System: Research Challenges to Enhance the Health Span of Older Adults. *Front Aging*. 2020;1:602108.
7. Rodriguez-Manas L. Urinary tract infections in the elderly: a review of disease characteristics and current treatment options. *Drugs Context*. 2020;9.
8. Estri SA, Tasminatun S, Usman S, editors. Lansia Tangguh Di Masa Pandemi Covid-19. WEBINAR ABDIMAS 4 - 2021: Inovasi Teknologi Tepat Guna dan Model Peningkatan Kapasitas Masyarakat Era Covid-19; 2021.
9. Palmer SJ. Skin infections in older adults. *Br J Community Nurs*. 2020;25(11):552-4.
10. Gbinigie OA, Ordonez-Mena JM, Fanshawe T, Pluddemann A, Heneghan CJ. Limited evidence for diagnosing bacterial skin infections in older adults in primary care: systematic review. *BMC Geriatr*. 2019;19(1):45.
11. Collaboration NCDRF. Worldwide trends in blood pressure from 1975 to 2015: a pooled analysis of 1479 population-based measurement studies with 19.1 million participants. *Lancet*. 2017;389(10064):37-55.
12. Lionakis N, Mendrinou D, Sanidas E, Favatas G, Georgopoulou M. Hypertension in the elderly. *World J Cardiol*. 2012;4(5):135-47.
13. Mahdavi M, Parsaeian M, Mohajer B, Modirian M, Ahmadi N, Yoosefi M, et al. Insight into blood pressure targets for universal coverage of hypertension services in Iran: the 2017 ACC/AHA versus JNC 8 hypertension guidelines. *BMC Public Health*. 2020;20(1):347.