

**PENYULUHAN PENCEGAHAN PENYAKIT DEGENERATIF
(DEMENSIA) KEPADA WARGA LANJUT USIA RW 04, KELURAHAN
KALIBARU, KECAMATAN CILINCING, KOTA JAKARTA UTARA,
PROVINSI DKI JAKARTA**

**SOCIALIZATION OF THE PREVENTION OF DEGENERATIVE DISEASES
(ESPECIALLY DEMENTIA DISEASE) TO ELDERLY RESIDENTS OF RW
04, KALIBARU VILLAGE, CILINCING DISTRICT, NORT JAKARTA CITY,
DKI JAKARTA PROVINCE**

Wan Syurya Tri Dharma^{1*}, Janita Maharani, Vevi Andriani, Melania Fitriyantini, Wahidin, Wulan
Panduwi, Herman Widjaja

¹Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Jakarta, 14350

*E-mail: wansyuryatridharma@gmail.com

Diterima:(30/08/2023)

Direvisi: (07/11/2023)

Disetujui: (20/11/2023)

Abstrak

Penyakit degeneratif adalah kondisi kesehatan yang menyebabkan jaringan atau organ memburuk dari waktu ke waktu. Ada cukup banyak jenis penyakit generatif yang terkait dengan penuaan, atau memburuk selama proses penuaan, terkait juga masalah genetik dan pilihan gaya hidup. Banyak dari penyakit ini tidak dapat disembuhkan dan hanya dapat dikelola untuk meringankan dan memperbaiki gejala. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas yang merupakan penduduk berisiko tinggi untuk terjadinya berbagai macam penyakit degeneratif seperti hipertensi, kolesterol, demensia dan diabetes melitus. Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, misalnya penyakit demensia sebagai penyebab utama hilangnya kemandirian pada lansia. Tujuan kegiatan ini secara umum adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit degeneratif, khususnya demensia, dan upaya pencegahannya di Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta. Metode kegiatan yang dilakukan pada kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi. Dari hasil kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit degeneratif. Selain itu terlihat antusias lansia dalam sesi diskusi dan tanya jawab menunjukkan bahwa rasa ingin tahu lansia terhadap kesehatannya cukup tinggi. Pengetahuan mengenai penyakit-
penyakit degeneratif ini sangat diperlukan agar lansia dapat secara mandiri menjaga kesehatannya.

Kata kunci: penyakit degeneratif; lansia; demensia.

Abstract

Degenerative diseases are health conditions that cause tissues or organs to deteriorate over time. There are quite a number of generative diseases that are associated with aging, or worsen during the aging process, as well as genetic issues and lifestyle choices. Many of these diseases have no cure and can only be managed to relieve and improve symptoms. Elderly is someone who has reached the age of 60 years and over who is a high-risk population for various degenerative diseases such as hypertension, cholesterol, dementia and diabetes mellitus. Lack of information and knowledge of the elderly regarding degenerative diseases, namely dementia as the main cause of loss of independence in the elderly. The purpose of this activity is to improve public health status through increasing the knowledge of the elderly about degenerative diseases and their prevention efforts in RW 04, Kalibaru Village, Cilincing Districts, Jakarta Utara City, DKI Jakarta Province. The method of activity carried out in this activity is lecture and discussion. From the results of the counseling activities that have been carried out, it can be concluded that there is an increase in the knowledge of the elderly about degenerative diseases. In addition, the enthusiasm of the elderly in the discussion and question and answer sessions showed that the curiosity of the elderly about their health was quite high. Knowledge about these degenerative diseases is needed so that the elderly can independently maintain their health.

Keywords: degenerative diseases; elderly; dementia.



PENDAHULUAN

Berdasarkan Undang-Undang Kesehatan Republik Indonesia (2023), penyelenggaraan upaya kesehatan meliputi kesehatan ibu, bayi dan anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia. Upaya kesehatan lanjut usia ditujukan untuk menjaga agar tetap hidup sehat, berkualitas, dan produktif sesuai dengan martabat kemanusiaan. Upaya kesehatan lanjut usia dilakukan sejak seseorang berusia 60 (enam puluh) tahun, dan merupakan tanggung jawab pemerintah pusat, pemerintah daerah, keluarga dan masyarakat sesuai dengan standar, aman, bermutu dan terjangkau [1].

Salah satu upaya untuk memberdayakan lanjut usia (lansia) di masyarakat adalah melalui pembentukan dan pembinaan kelompok lansia di beberapa daerah disebut dengan Kelompok Usia Lanjut (Poksila), Pos Pelayanan Terpadu Lanjut Usia (Posyandu Lansia) atau Pos Pembinaan Terpadu Lanjut Usia (Posbindu Lansia). Pelaksanaan kelompok lansia ini selain mendorong peran aktif masyarakat dan Lembaga Swadaya Masyarakat, juga harus melibatkan lintas sektor terkait. Untuk pelayanan di masyarakat, jumlah Posyandu Lansia/Posbindu yang dibina oleh Puskesmas mencapai 80.353 kelompok dan tersebar disemua provinsi di Indonesia [2]. Saat ini, Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta telah memiliki pos pelayanan terpadu (Posyandu) khusus untuk warga lansia dengan jadwal pelayanan yaitu setiap bulan sebanyak dua kali pertemuan.

Lanjut usia adalah bagian siklus hidup manusia yang hampir pasti dialami setiap orang, yang dapat berdaya guna bagi dirinya, keluarga dan masyarakat. Agar dapat berdaya guna, lansia harus sehat dan dipersiapkan sedini mungkin, serta berada di lingkungan yang mendukung potensi yang dimilikinya. Salah satu penyakit yang kerap mengganggu kesehatan lanjut usia adalah penyakit generatif. Penyakit degeneratif merupakan kondisi kesehatan dimana organ atau jaringan terkait keadaan yang terus menurun seiring waktu. Penyakit ini terjadi karena adanya perubahan-perubahan pada sel-sel tubuh yang akhirnya mempengaruhi fungsi organ secara menyeluruh. Penyakit degeneratif semakin berkembang karena menurunnya aktivitas fisik, gaya hidup dan pola makan [3]. Menurut WHO, setiap tahun orang meninggal akibat penyakit degeneratif hampir mencapai 17 juta jiwa dan terus meningkat, termasuk di Indonesia [4].

Demensia merupakan sindrom terjadinya penurunan memori, berpikir, perilaku, dan kemampuan melakukan kegiatan sehari-hari pada seseorang. Demensia merupakan kumpulan gejala yang berlangsung secara progresif yang ditandai dengan perubahan perilaku, penurunan memori, orientasi, kesulitan dalam berkomunikasi dan mengambil keputusan sehingga mengakibatkan kegiatan sehari-harinya terganggu [5].

Berdasarkan kondisi tersebut maka dilakukan kegiatan yang akan memberikan edukasi dan tambahan wawasan kepada warga lansia, khususnya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit demensia, dan upaya pencegahannya pada warga lansia Posyandu Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 04 Agustus 2023 pada pukul 08:00 hingga 10:00 WIB. Kegiatan ini dilaksanakan bertepatan dengan kegiatan Posyandu Lansia yang rutin dilaksanakan setiap bulan, yang para pesertanya terdiri dari bapak-bapak dan ibu-ibu dari warga lanjut usia Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta.

Langkah pertama dalam kegiatan yaitu memberikan *pretest* secara lisan kepada para peserta kegiatan, yaitu warga lansia terkait dengan penyakit degeneratif dan penyakit demensia. Hal ini bertujuan untuk mengukur sampai dimana pemahaman para peserta kegiatan terhadap materi kegiatan. Selanjutnya, kegiatan dimulai dengan pemberian edukasi berupa

penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah dan juga pemutaran video. Penyampaian materi menggunakan laptop dan layar LCD. Hal ini dimaksudkan agar proses transfer dan visualisasi materi dapat lebih mudah dipahami oleh warga lansia. Setelah pemaparan materi selesai diberikan, agenda berikutnya yaitu sesi diskusi dan tanya jawab. Warga lansia yang hadir diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan kepada pemateri atau tim pelaksana kegiatan. Selanjutnya, pelaksanaan *posttest* secara lisan diajukan kepada para warga yang hadir. Hal ini bertujuan untuk mengukur ketercapaian penerimaan warga lansia terhadap materi edukasi yang telah disampaikan oleh pemateri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi tentang penyakit degeneratif dilaksanakan pada tanggal 04 Agustus 2023 di Posyandu Lansia Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini sejumlah 30 orang, dengan rentang usia lanjut yang beragam. Kegiatan ini diawali dengan pengenalan tim pelaksana yang disampaikan oleh MC, sekaligus pemberian kata sambutan oleh Ketua Pelaksana Kegiatan.



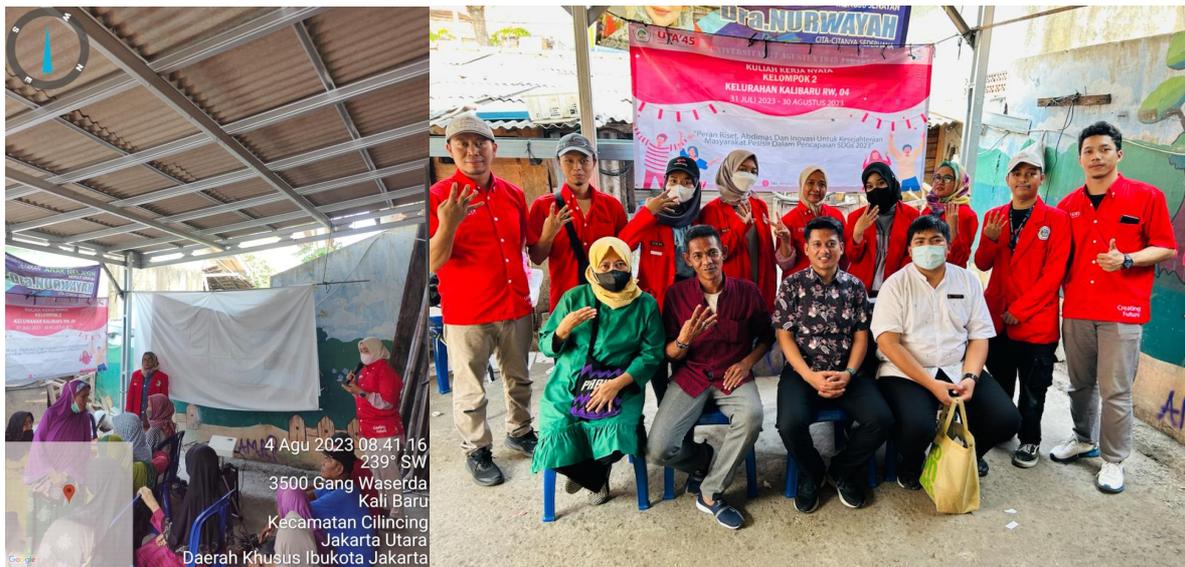
Gambar 1. Pembukaan Penyuluhan

Tahap selanjutnya adalah penyampaian materi oleh narasumber apt. Wan Syurya Tri Dharma, S.Farm., MPH., selaku dosen Fakultas Farmasi Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta. Ringkasan mengenai materi yang disampaikan yaitu mengenai definisi penyakit degeneratif dan demensia serta contoh kasus mengenai tingkat keparahan bahaya penyakit demensia yang dipaparkan melalui pemutaran video yang memvisualisasikan kejadian kecelakaan di jalan raya akibat penyakit demensia. Selanjutnya, materi diberikan berupa tanda dan gejala demensia, pencegahan sejak dini, serta pengobatan demensia disampaikan kepada warga yang mengikuti kegiatan. Penyampaian materi dilakukan dengan ceramah dan diskusi dan menggunakan bantuan *power point* serta adanya pemutaran video oleh narasumber.

Sebelum dilakukan kegiatan edukasi tentang penyakit demensia, panitia pelaksana melakukan pengukuran pemahaman kepada para peserta yang hadir melalui *pretest*. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa pengetahuan peserta tentang penyakit degeneratif masih sangat minim. Hal ini mungkin dikarenakan tingkat pendidikan dan usia yang menjadi faktor penyebab utama. Maka dari itu, edukasi semacam ini merupakan hal yang sangat dibutuhkan, selain sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat, hal ini juga merupakan sebagai upaya promotif dan preventatif dari penyakit demensia.

Setelah pemaparan materi selesai dilaksanakan, maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Sesi tanya jawab dilakukan oleh peserta kepada narasumber dan juga kepada dokter kelurahan yang turut hadir dalam agenda penyuluhan kali ini. Keberadaan dokter dalam agenda

ini merupakan kegiatan rutin Posyandu Lansia Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta. Selanjutnya, secara lisan dilakukan *posttest* kepada warga lansia untuk mengukur keberhasilan daya tangkap atas materi yang disampaikan. Walaupun terdapat kendala yang dihadapi saat pelaksanaan *test* ini (baik *pretest/posttest*) dimana peserta kegiatan yang merupakan warga lanjut usia, sehingga menyebabkan keterbatasan dalam hal kemampuan untuk menulis dan membaca. Maka dari itu, pilihan untuk pelaksanaan *test* dilakukan secara lisan sebagai bentuk refleksi dan evaluasi kegiatan ini. Dari ini, dapat disimpulkan adanya peningkatan wawasan dan pengetahuan para warga, yang sejalan dengan tujuan dari penyuluhan.



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini dapat berjalan dengan lancar akibat adanya kerja sama yang baik antara panitia pelaksana dengan perangkat desa setempat. Selain itu, sambutan yang hangat dari warga lansia dalam menerima edukasi serta kehadiran dokter kelurahan dalam rangka agenda rutin Posyandu menjadi salah satu faktor kelancaran kegiatan ini. Dari pengamatan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman warga lansia setelah dilaksanakan kegiatan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada panitia pelaksana yang terdiri dari civitas academia Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, serta dari perangkat desa dan para warga Posyandu Lansia Rukun Warga 04, Kelurahan Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Kota Administratif Jakarta Utara, Provinsi DKI Jakarta yang telah bersedia hadir untuk mengikuti dan mendukung kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

1. Anonim, 2023, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tentang Kesehatan, Jakarta.
2. Anonim, 2017, Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
3. Amila.; Sembiring, E.; Aryani, N. DETEKSI DINI DAN PENCEGAHAN PENYAKIT DEGENERATIF PADA MASYARAKAT WILAYAH MUTIARA HOME CARE. JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM). 2021.Vol. 4 (1), 102-112.
4. Firmansyah Ferdy, dkk. Konseling Penyakit Degeneratif Masyarakat Kota Pekanbaru. Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Riau. Jurnal Bakti Untuk Negeri. 2021. Volume 1 Nomor 2.

5. Ramli, R; Ladean, W. FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DEMENSIA DI PUSKESMAS JUMPANDANG BARU KECAMATAN TALLO KOTA MAKASSAR. Jurnal Medika Utama. 2020. Volume 01 Nomor 02.

