

Penyuluhan PHBS, Pemeriksaan Kesehatan dan Bhakti Sosial Dalam Rangka Peduli COVID 19 Pada Lansia Di Panti Tresna Werda Kasih Ibu Desa Balongan Kabupaten Indramayu

Ani Kuspini¹, Ade Yayah²

¹Keperawatan, Akademi Keperawatan Saifuddin Zuhri
e-mail: anikuspini@gmail.com

²Keperawatan, Akademi Keperawatan Saifuddin Zuhri
e-mail: adeyayah45@gmail.com

Article History:

Received: 21 Juni 2021

Revised: 13 Juli 2021

Accepted: 28 Juli 2021

Keywords: PHBS, Lansia,
Covid 19

Abstract: Penyelenggaraan kegiatan pengabdian masyarakat pada lansia di panti Trisna Werda untuk mewujudkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kondisi sehat harus senantiasa diupayakan serta menciptakan lingkungan yang sehat. Upaya ini harus dimulai dari menanamkan pola pikir sehat kepada para lansia di panti werda yang harus dimulai dan diusahakan oleh diri sendiri (mandiri). Tujuan pengabdian masyarakat pada lansia di panti Werda untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan dan kesehatan pada lansia. Metode yang digunakan 1) penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), 2) Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, suhu, denyut nadi dan pernafasan, pemeriksaan gula darah, 3) Pemberian bantuan sarana yang dibutuhkan panti werda. Hasil dari pengabdian masyarakat adanya kesadaran para manula untuk menjaga kebersihan diri dan juga mengikuti protokol kesehatan selama masa pandemic covid 19 yaitu 3M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan), kondisi para manula pada umumnya sehat.

Correspondence author: Ani Kuspini; anikuspini@gmail.com; Indramayu; Indonesia

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan Pembangunan Kesehatan yang dilakukan oleh Bangsa Indonesia bertujuan untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal sebagai investasi pembangunan sumber daya manusia sehingga mampu berperan dalam pembangunan bangsa melalui upaya untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap warganya (UU No.36 Tahun 2009). Keberhasilan pembangunan kesehatan dapat diukur melalui peningkatan umur harapan hidup (UHH) masyarakat. UHH orang Indonesia pada tahun 2018 adalah 71,2 tahun bila dibandingkan UHH pada tahun 2010 yaitu usia 63,6 tahun (BPS, 2019). Peningkatan UHH ini menyebabkan jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia mengalami peningkatan. Jumlah Lansia meningkat di seluruh Indonesia menjadi 19 juta jiwa pada tahun 2006

dan diperkirakan pada tahun 2020 akan menjadi 29 juta orang atau 11,4% usia harapan hidup. Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah lansia semakin meningkat secara konsisten dari waktu ke waktu ke waktu (Riskesdas, 2013 dalam Dwi Sulastri, 2015). Lansia adalah tahap akhir siklus hidup manusia, merupakan bagian dari proses kehidupan yang tak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu. Pada tahap ini individu mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun mental, khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2007).

Lansia merupakan suatu kelompok penduduk yang cukup rentan dan terdampak dalam masalah kesehatan dan psikologis di era pandemi COVID 19 (new normal). Salah satu usaha dari pemerintah dalam menjaga lansia agar tidak terpapar wabah ini adalah dengan promosi kesehatan dengan metode penyuluhan Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) pada lanjut usia. PHBS dipengaruhi oleh faktor keadaan masa lalu, situasi lingkungan, keluarga serta faktor-faktor pribadi. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri (Kauman et al., 2019). Pelaksanaan upaya promotif yang bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran masyarakat dan mengubah perilaku yang meliputi aspek pengetahuan, sikap, dan tindakan sehingga terwujud perubahan perilaku hidup sehat yang benar karena sebagian dari Lansia masih kurang dalam penerapan PHBS yang baik (Putri, 2019).

Peningkatan jumlah lansia yang pesat sebagai dampak keberhasilan pembangunan di Indonesia harus mendapat perhatian lebih dari segi kesehatan. Hal ini disebabkan karena pada proses menua terjadi penurunan efisiensi mekanisme homeostatis dan daya tahan tubuh lansia dalam menghadapi pengaruh dari luar, sehingga mudah terserang berbagai penyakit (Dwi Sulastri, 2015). Melihat fakta di masih banyaknya daerah pedesaan yang memiliki tingkat kesehatan yang buruk, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), tingginya angka kesakitan, penyakit menular dan tidak menular, kesehatan lingkungan, dan gizi lansia tidak diperhatikan. Maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat untuk para lansia di Panti Sosial Kresna Werda desa Balongan Kabupaten Indramayu.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah seluruh penghuni panti Sosial pada lansia di Panti Tresna Werda Kasih Ibu di Desa Balongan Kecamatan Balongan Kab. Indramayu dengan jumlah lansia 20 orang. Adapun proses yang dilakukan dalam pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat sebagai berikut:

1. Pemeriksaan kesehatan meliputi (Pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, suhu, denyut nadi dan pernafasan, pemeriksaan gula darah)

2. Penyuluhan Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tentang bagaimana mengatur kesehatan dengan pola makan yang teratur disertai gizi yang seimbang dengan memenuhi unsur empat sehat lima sempurna. , menjaga kebersihan diri sendiri serta lingkungan tempat tinggal supaya terhindar dari penyakit apalagi kondisi dimasa pandemic corona harus menjaga kebersihan dengan sering mencuci tangan menggunakan Hand Sanitizer/ mencuci tangan di air yang mengalir serta selalu menggunakan masker, menjaga jarak karena usia lansia rawan dari tertularnya virus corona.
3. Pemberian Bantuan berupa sarana yang dibutuhkan Panti Sosial Tresna Werda Kasih Ibu di Desa Balongan Kecamatan Balongan Kab. Indramayu

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan Juni – Juli 2021 . Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan pada lansia ini berada di Panti Werda di wilayah Balongan Kabupaten Indramayu , kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh dosen Akper Saifuddin Zuhri dan dibantu mahasiswa yang sudah ditentukan.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Kelas Lansia Di Panti Werda Kec. Balongan Kabupaten Indramayu Tahun 2021

No	Kegiatan	Juni – Juli Tahun 2021				
		Mg-1	Mg-2	Mg-3	Mg-4	Mg-5
1.	Survay Ke lapangan					
2.	Kunjungan Ke Panti Sosial Trena Werda					
3.	Seminar Proposal					
4.	Kegiatan Kelas Lansia dan penyuluhan					
5.	Kegiatan kelas lansia dan penyuluhan					
6.	Kegiatan Kelas Lansia dan Penyuluhan					
7.	Penyusunan Laporan dan Pendokumentasian					
	Desminasi Hasil					



Gambar1. Kunjungan Panti Sosial Trena Werda



Gambar 2. Kegiatan Kelas Lansia dan Penyuluhan

HASIL

Kegiatan peduli lansia mencegah covid-19 dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berjalan dengan baik dan mendapatkan apresiasi positif dari pengurus dan penghuni panti werda Balongan. Para lansia di panti Werda diberikan penyuluhan tentang PHBS dan mendapatkan pemeriksaan kesehatan diantaranya pemeriksaan tekanan darah, glukosa darah, kolesterol dan asam urat. Adanya penyuluhan PHBS maka diharapkan akan ada kesadaran untuk menjaga kebersihan diri dan juga mengikuti protokol kesehatan dengan cara 3M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan sampai bersih). Hasil dari kegiatan pengabdian ini memperlihatkan pengetahuan lansia mengenai program PHBS masih kurang paham walaupun sudah dilaksanakan dalam aktifitas sehari-hari, seperti cuci tangan sampai bersih dan mengikuti protokol kesehatan di masa pandemic COVID 19. Berikut ini table hasil pemeriksaan Kesehatan serta dokumentasi foto kegiatan di Panti Werda Balongan Indramayu.

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Pada Lansia di Panti Sosial Desa Balongan Kabupaten Indramayu Tahun 2021

NO	Nama	Umur	Alamat	Hasil Pemeriksaan				
				TD	BB	SUHU	GDS	Asam Urat
1.	Wastinih	60	Balongan	130/60	55	37,5	113	-
2.	Toyiroh	52	Singajaya	180/100	62	36,5	-	-
3.	Rasmi	70	Pesisir Balongan	125/90	54	37,0	169	-
4.	Aminah	56	Pesisir Balongan	160/100	75	36,0	-	13,3
5.	Samiah	58	Balongan	139/94	64	37,7	-	-
6.	Utinih	70	Bunderan Kijang	120/80	45	37,5	-	-
7.	Julekha	28	Balongan	120/100	55	37,5	100	-
8.	Carinih	46	Pesisir Balongan	150/100	57	37,5	115	-
9.	Sarpi	60	Balongan	130/100	48	37,5	61	-
10.	Rasmi	70	Balongan	125/70	50	37,5	169	-
11.	Saminah	64	Balongan	139/94	52	37,5	-	-
12.	Wastini	57	Balongan	196/99	74	37,5	-	-
13.	Sarti	70	Balongan	201/109	72	37,5	-	-
14.	Maya	28	Junti Kedokan	124/90	45	37,5	-	-
15.	Muronah	60	Balongan	186/67	26	37,5	-	-
16.	Karsiman	68	Majasari	180/125	51	37,5	-	-
17.	Tejo Suwano	70	Pati Jawa Tengah	171/100	70	37,5	178	-
18.	Masekan	65	Majalengka	162/104	72	37,5	-	-
19.	Rahmat	69	Penyindangan /telaga	206/123	42	37,5	-	-
20.	Khodijah	63	Sindang	120/80	45	37,5	-	10,5

PEMBAHASAN

Dengan adanya penyuluhan maka diharapkan akan ada kesadaran untuk menjaga kebersihan diri dan juga mengikuti protokol kesehatan selama COVID 19 yaitu 3M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan sampai bersih). (Herniwati et al., 2020) Karena dengan adanya kesadaran maka perubahan perilaku lansia menjadi sebuah perilaku yang lebih baik dan sehat, sangat penting dan bermanfaat untuk mencegah penyakit, kesejahteraan dan kualitas hidup mereka (Fried et al., 2013). Karena usia karakteristik individu dari lansia sulit untuk diubah (Azwar, 2013) termasuk diantaranya mengenai kebiasaan hidup bersih dan sehat oleh karena itu dibutuhkan dukungan dari lingkungan dan keluarga agar lansia tetap bisa menjaga kebersihan diri (Herniwanti et al., 2020). Adanya penyuluhan ini diharapkan Lansia yang berperilaku kurang sehat bisa dikurangi karena menurut penelitian masih ada sejumlah lansia yang berperilaku tidak sehat sebanyak 23% (Kustantya, 2013).

Kegiatan serupa mengenai penyuluhan kesehatan pada lansia pada masa pandemi COVID 19 ini juga dilaksanakan di rumah panti jompo di Aceh oleh fakultas

kedokteran Syiah Kuala yang memberikan penyuluhan pencegahan terjadinya infeksi corona virus yang menjadi epidemi global saat ini sehingga meningkatkan kewaspadaan terhadap bahaya penyebaran infeksi virus corona ini (Yanti et al., 2020).

KESIMPULAN

Pengetahuan yang diberikan mengenai bagaimana para lansia di panti dapat mengelola PHBS di panti trisna Werda desa Balongan sangat membantu mengembangkan wawasan betapa pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, agar terhindar dari penyakit, karena harta yang paling berharga adalah kesehatan. Hal terpenting adalah para pengurus manula di panti werda tersebut harus menerapkan PHBS dilingkungan panti supaya para lansia terjamin kebersihan dan kesehatannya, karena dari pengamatan penulis selama kunjungan ke panti, bahwa kondisi para lansia maupun tempat tinggalnya masih perlu ditingkatkan lagi kebersihan maupun kondisi kesehatannya.

ACKNOWLEDGEMENTS

Selesaiannya kegiatan pengabdian masyarakat pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Kasih Ibu Kecamatan Balongan Kab. Indramayu, tidak terlepas dari bantuan pihak-pihak terkait. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Pemimpin panti sosial Tresna Werda Kasih Ibu Kecamatan Balongan Kabupaten Indramayu atas kepercayaan yang telah diberikan kepada Tim Pelaksana Kegiatan
2. Direktur Akper Saifuddin Zuhri
3. Kepala LPPM beserta teman-teman dosen yang sudah memberikan bantuan, dalam bentuk dukungan maupun keilmuannya.

Kegiatan pengabdian masyarakat adalah bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, semoga kegiatan ini membawa manfaat dan dapat dijadikan sebagai dasar pelaksanaan kegiatan lainnya yang sejenis sehingga penyuluhan yang diagendakan dapat terselenggara dengan lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Herniwanti H., 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 Abdidias*, 1(5), 363-372
- Kauman, P., Wijirejo, D., Wahyuningsih, I., Wahyuningtyas, W., Sari, D., Widyastuti, O., Dahlan, U. A., & Prof, J. (2019). Pendampingan gerakan masyarakat hidup sehat Di Padukuhan Kauman, Bajang, Ngeblak, Desa Wijirejo, Pandak, Bantul. 3(1), 61–72.
- Kurniawan, A., Putri, R. M., & Widiani, E. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kelas IV dan V Sekolah Dasar. *Journal Nursing News*, 4(1), 100–111. <https://doi.org/10.1021/BC049898Y>
- Kustantya, N. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 31–33. <https://doi.org/10.22219/jk.v4i1.2378>
- Yanti, B., Priyanto, H., & Zulfikar, T. (2020). Sosialisasi Waspada Infeksi Corona Viru Pada Lansia di Panti Jompo Rumoh Seujahtra. *MARTABE Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 67–72.