

## **Sosialisasi Demensia, Depresi, Dan Penyakit Kronis Beserta Cara Pencegahan Dan Deteksi Dininya Pada Kader Kesehatan Di Malang**

**Anindya Hapsari<sup>1</sup>, Tika Dwi Tama<sup>2</sup>, Dian Mawarni<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

<sup>2,3</sup>Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia  
anindya.hapsari.fk@um.ac.id

**Abstrak:** Peningkatan angka harapan hidup dewasa ini berimbas pula pada kenaikan jumlah lanjut usia di Indonesia. Pada saat memasuki tahapan lansia, seseorang akan mengalami proses degeneratif yang terjadi pada semua sistem organ di tubuhnya, yang dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, deteksi dini dan pencegahan terhadap penyakit degeneratif ini sangat penting dilakukan. Akan tetapi, belum semua Posyandu Lansia melaksanakan kegiatan skrining secara optimal. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan edukasi mengenai demensia, depresi, dan penyakit kronis pada lansia pada kader lansia yang merupakan sumber informasi pertama mengenai status kesehatan masyarakat. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memperoleh respon yang baik dari sasaran dan menghasilkan dampak positif pada aspek pengetahuan dan keterampilan. Implikasi yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan ini adalah para kader lansia dapat secara rutin dan proaktif mengadakan kegiatan skrining demensia, depresi, dan penyakit kronis bagi warganya.

**Kata Kunci:** sosialisasi, kader kesehatan, peningkatan pengetahuan

**Abstract:** *The increase in life expectancy nowadays also leads to an increase in the number of elderly people in Indonesia. Upon entering the elderly stage, individuals undergo a degenerative process that affects all organ systems in their bodies, leading to a decline in quality of life. Therefore, early detection and prevention of degenerative diseases are crucial. However, not all Elderly Integrated Health Posts (Posyandu Lansia) carry out screening activities optimally. To address this issue, education on dementia, depression, and chronic diseases in the elderly needs to be provided to elderly cadres who are the first source of information about community health status. The results of this community service activity have received positive responses from the target audience and have had a positive impact on knowledge and skills. The expected implications after implementing these activities are that elderly cadres can regularly and proactively conduct screening activities for dementia, depression, and chronic diseases for their community members.*

**Keywords:** *education, voluntary health worker, increasing of knowledge*

### **Pendahuluan**

Peningkatan angka harapan hidup dewasa ini berimbas pula pada kenaikan jumlah lanjut usia di Indonesia. Berdasarkan UU No. 13 tahun 1998, lanjut usia merupakan tahapan di mana seseorang sudah menginjak usia 60 tahun ke atas, baik pria maupun wanita (Umami and Priyanto, 2015). Adapun batasan-batasan lanjut usia menurut World Health Organization (WHO), yaitu usia pertengahan (middle) dengan rentang usia 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) dengan rentang usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (old) dengan rentang usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua (very old) dengan rentang usia di atas 90 tahun (Setiawan, 2013).

Pada saat memasuki tahapan lansia, seseorang akan mengalami proses degeneratif yang terjadi pada semua sistem organ di tubuhnya. Misalnya, pada sistem saraf akan terjadi penurunan jumlah sel saraf pada otak sehingga lansia sangat rentan mengalami demensia. Menurut WHO, demensia adalah gejala neurodegeneratif dimana kelainan ini bersifat kronis dan progresif, dan ditandai 3 gangguan fungsi multiple diantaranya: bahasa, kemampuan belajar, kalkulasi, serta dalam mengambil keputusan. Pada umumnya, lansia penderita demensia cenderung sering mengalami stress hingga depresi dengan gejala kecemasan. Pun, keadaan demensia ini akan mempengaruhi penurunan aktivitas lansia sehingga tingkat ketergantungan pada keluarga sangat tinggi (Khonsary, 2017; Sumarni et al., 2019).

Selain itu, penurunan fungsi fisiologis juga dapat terjadi pada berbagai organ lain yang menyebabkan lansia mengalami penyakit degeneratif. Diantara contohnya, pada sistem muskuloskeletal terjadi peningkatan kerapuhan tulang dan kekuatan tulang yang melemah sehingga dapat terjadi gangguan berjalan pada lansia. Pada sistem kardiovaskular, lansia juga mengalami penurunan fungsi seperti berkurangnya elastisitas katup jantung, kemampuan pompa jantung yang melemah, dan resistensi pembuluh darah kapiler meningkat sehingga dapat menyebabkan usia lansia rentan mengalami hipertensi (Patmalasari, 2019).

Penelitian menunjukkan kualitas hidup lansia akan mengalami penurunan akibat perubahan fisik dan penyakit degeneratif yang dideritanya (Sumarni et al., 2019). Oleh karena itu, deteksi dini dan pencegahan terhadap penyakit degeneratif ini sangat penting dilakukan. Pencegahan dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran akan faktor resiko, menjauhi faktor resiko dan melakukan cek kesehatan secara teratur (Amila et al., 2021).

Upaya deteksi dini masalah kesehatan pada lansia bisa melalui pos pelayanan terpadu (posyandu). Dimana posyandu ini dibentuk agar pelayanan kesehatan dapat lebih mudah dilaksanakan baik usaha promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Pelayanan kesehatan ini dapat meningkatkan kesejahteraan lansia yang harapannya dapat memungkinkan lansia sehat dan produktif. Posyandu lansia ialah pusat kegiatan masyarakat dalam upaya pelayanan kesehatan lanjut usia. Tujuan dari posyandu lansia yakni: (1) Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku positif dari lansia, (2) Meningkatkan mutu dan derajat kesehatan lansia, dan (3) Meningkatkan kemampuan para lanjut usia untuk mengenali masalah kesehatan dirinya dan bertindak untuk mengenali masalah kesehatan yang terjadi serta bertindak atas masalah kesehatan tersebut. Manfaat posyandu ialah untuk meningkatkan status kesehatan lansia, meningkatkan kemandirian lansia, memperlambat aging proses, mendeteksi dini gangguan kesehatan pada lansia, serta meningkatkan harapan hidup. Pada kegiatan posyandu lansia biasanya melakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, indeks massa tubuh, tekanan

darah, pemeriksaan kadar gula darah, wawancara perilaku berisiko, dan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (Amila et al., 2021).

Kelurahan Blimbing merupakan salah satu kelurahan yang termasuk dalam wilayah Kota Malang. Posyandu Lansia di Kelurahan Blimbing Kota Malang sudah cukup aktif terlaksana, akan tetapi kegiatan yang dilakukan belumlah optimal. Posyandu belum memiliki alat GCU (Glucose, Cholesterol, Uric Acid) sendiri sehingga mengandalkan kedatangan tenaga medis dari Puskesmas yang bergiliran datang di salah satu posyandu dari 9 posyandu yang ada. Pun, belum pernah dilaksanakan skrining demensia, depresi, maupun penyakit kronis di kesembilan posyandu ini. Hal ini dikarenakan kurang pemahamannya kader lansia mengenai pentingnya skrining dan belum tersedianya instrumen skrining yang sederhana. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan edukasi mengenai demensia, depresi, dan penyakit kronis pada lansia dan cara skrining sederhana yang dapat diterapkan para kader kesehatan, khususnya kader lansia yang merupakan sumber informasi pertama mengenai status kesehatan masyarakat. Diharapkan kegiatan sosialisasi demensia, depresi, dan penyakit kronis beserta cara pencegahan dan deteksi dini pada kader kesehatan ini akan mampu mengurangi morbiditas dan mortalitas pada lansia terutama di Kelurahan Blimbing Kota Malang.

## **Metode**

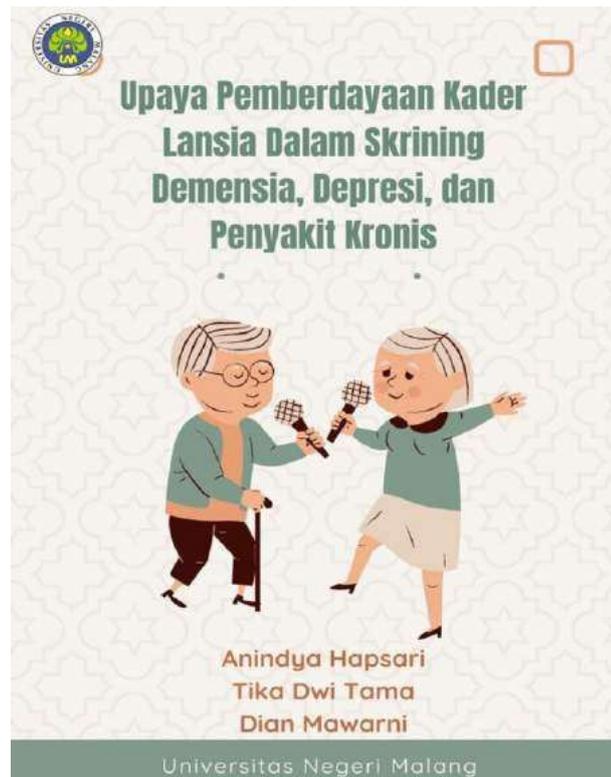
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 19 Juni tahun 2023 di Kelurahan Blimbing, Kota Malang. Tim pengabdian adalah dosen dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, yang terdiri dari: dr. Anindya Hapsari, M.Kes, Tika Dwi Tama, SKM, M.Epid, dan Dian Mawarni, SKM, M.P.H. Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh kader kesehatan Kelurahan Blimbing sebanyak 60 orang.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan "Sosialisasi Demensia, Depresi, Dan Penyakit Kronis Beserta Cara Pencegahan Dan Deteksi Dininya". Tiga tahap ditempuh untuk menyelenggarakan kegiatan ini. Tahap persiapan berfokus pada koordinasi dengan mitra terkait teknis pelaksanaan kegiatan dan pengembangan media edukasi berupa power point dan buku saku, serta pembuatan agenda pengabdian. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan metode ceramah dengan rangkaian acara yang meliputi: pretest, pemaparan materi, dan posttest. Pada kegiatan ceramah ini, tim pengabdian menyampaikan tentang berbagai penyakit degeneratif pada lansia, antara lain: depresi, demensia, dan berbagai penyakit kronis, cara deteksi dini, serta pencegahannya. Kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan peserta penyuluhan. Tahap evaluasi menekankan penilaian terhadap keberhasilan kegiatan berdasarkan perbedaan tingkat pengetahuan responden. Data kemudian dianalisis dengan bantuan software statistik.

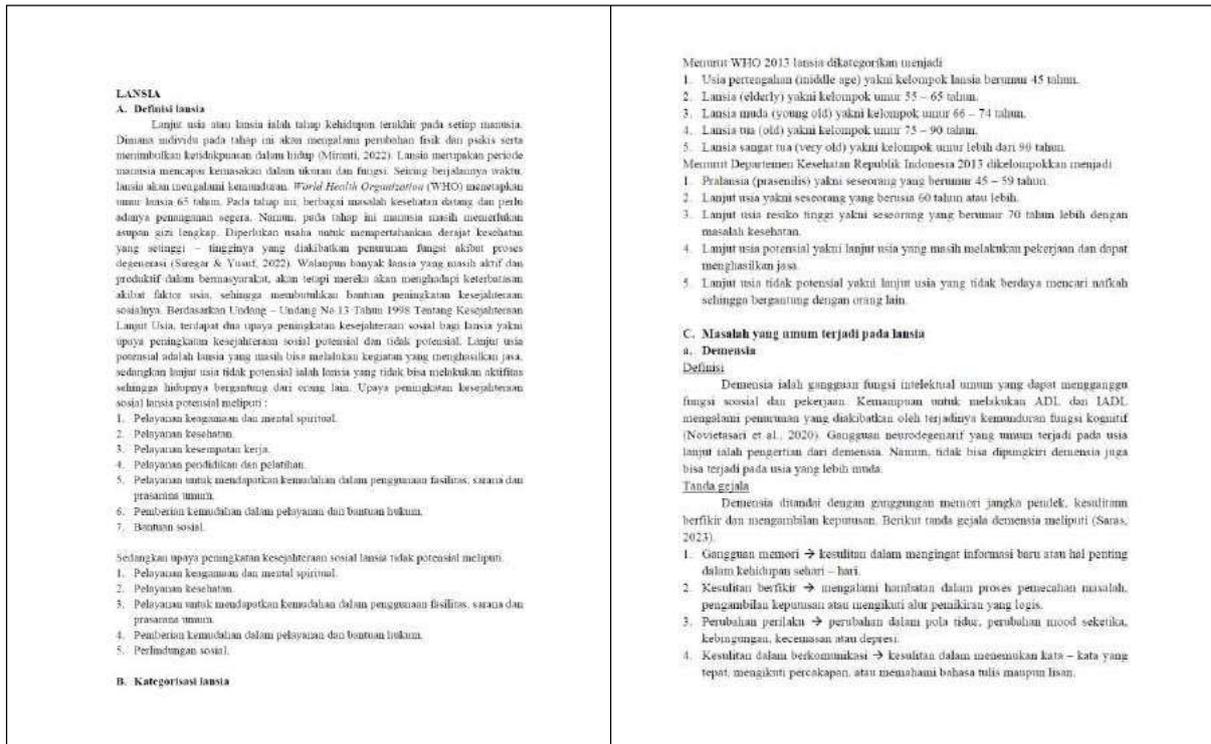
## Hasil dan Pembahasan

### Media Edukasi

Tim pengabdian kepada masyarakat menggunakan power point dan buku saku sebagai media edukasi. Buku saku merupakan salah satu media cetak promosi kesehatan yang memiliki kelebihan diantaranya: tahan lama, tidak memerlukan biaya pembuatan yang besar, dapat dibawa kemana-mana, serta mempermudah pemahaman dan meningkatkan gairah belajar (Hanif et al., 2019). Tampilan buku saku dijabarkan pada Gambar berikut.



**Gambar 1. Cover Buku Saku**



**Gambar 2. Sebagian Isi Buku Saku**

**Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Blimbing Kota Malang. Pelaksanaan kegiatan ini dihadiri oleh 60 orang kader kesehatan, Bidan Desa, dan juga tim pengabdian. Keberhasilan kegiatan penyuluhan diukur melalui pengisian kuesioner yang dibagi menjadi pretest dan posttest. Tujuannya adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan responden mengenai demensia, depresi, dan penyakit kronis beserta cara pencegahan dan deteksi dini.

Analisis pada kegiatan ini dilakukan menggunakan uji t-tes berpasangan. Perbedaan pengetahuan pada responden dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Perbedaan Rerata Pre-Posttest**

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Sig.
Pretest	52,3	3,14	0,000
Posttest	81,33	3,0	

Rata-rata nilai pengetahuan sebelum pemberian penyuluhan (pretest) adalah 52,3 dengan standar deviasi 3,14. Pada pengetahuan setelah penyuluhan (posttest), didapatkan nilai rata-rata 81,33 dengan standar deviasi 3,0. Terlihat selisih nilai mean antara pengukuran pertama dan kedua adalah 29,03 dan hasil uji statistik menunjukkan nilai p value <0,05. Oleh

karena itu, dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat perbedaan nilai pretest dan posttest sesudah penyuluhan. Hal itu menunjukkan kegiatan “Sosialiasi Demensia, Depresi, Dan Penyakit Kronis Beserta Cara Pencegahan Dan Deteksi Dininya” ini efektif dan berhasil dalam meningkatkan pengetahuan responden.



**Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian**



**Gambar 4. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian**

## Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi kegiatan edukasi tentang Demensia, Depresi, Dan Penyakit Kronis Beserta Cara Pencegahan Dan Deteksi Dininya memperoleh respon yang baik dari sasaran dan menghasilkan dampak positif pada aspek pengetahuan. Implikasi yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan ini adalah para kader kesehatan mampu mengedukasi masyarakat sekitarnya serta mampu mengenali penyakit sehingga terdeteksi dini dan tercegah komplikasinya.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para kader kesehatan atas kesediaan dan kerjasama sebagai mitra kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Penulis juga berterima kasih kepada Universitas Negeri Malang yang telah mendanai kegiatan ini melalui hibah pengabdian kepada masyarakat skema Program Kemitraan Masyarakat (No. 5.4.2/UN32/KP/2023).

## Referensi

- A. Amila, E. Sembiring, And N. Aryani, "Deteksi Dini Dan Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Wilayah Mutiara Home Care," J. Kreat. Pengabdi. Kpd. Masy., Vol. 4, No. 1, Pp. 102–112, 2021, Doi: 10.33024/Jkpm.V4i1.3441.
- Ajawaila, L. J. H., & Sumintardja, E. N. (2015). Pengaruh Intervensi Berbasis Pendekatan Montessori Terhadap Penurunan Skor Depresi Orang Lansia Di Pstw C. *Manasa*, 4(1), 33-47.
- Handolan, A. P. (2024). *Gambaran Tingkat Depresi, Status Gizi, Isolasi Sosial Lansiadiposyandu Mekarsari Dan Campursar ikelurahan kotabumi Tengah Kotabumi Lampung Utara Tahun2024* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).
- G. W. Setiawan, "Pengaruh Senam Bugar Lanjut Usia (Lansia) Terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi," *Ebiomedik*, Vol. 1, No. 2, 2013.
- L. I. Patmalasari, "Perbedaan Jalan Kaki Dengan Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Uptd Psrlu Ciparay Kabupaten Bandung," 2019.
- N. Sumarni, U. Rosidin, And U. Sumarna, "Hubungan Demensia Dan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Guntur," *Ejournal.Bsi.Ac.Id*, Vol. Vii, No. 1, Pp. 1–6, 2019, [Online]. Available: <https://Ejournal.Bsi.Ac.Id/Ejurnal/Index.Php/Jk/Article/View/5449>.
- R. Umami And S. Priyanto, "Hubungan Kualitas Tidur Dengan Fungsi Kognitif Dan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Pasuruhan Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang," *J. Fak. Ilmu Kesehat.*, 2015.
- S. Khonsary, "Guyton And Hall: Textbook Of Medical Physiology," *Surg. Neurol. Int.*, 2017, Doi: 10.4103/Sni.Sni\_327\_17.
- Sahriana, N. I. M. (2018). *Peran Kader Kesehatan Jiwa Dalam Program Kesehatan Jiwa Komunitas Di Masyarakat* (Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga).
- Taufik, A., Isworo, A., & Juanda, N. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Gerakan Enam Pilar Menuju Masyarakat Bebas Demensia, Kelurahan Mersi Kecamatan Purwokerto Timur. *Jurnal Of Community Health Development*, 2(2), 32-42.