

Psycho-Educational Program sebagai Strategi Peningkatan Partisipasi Lansia pada Program Prolanis di Puskesmas Tamalanrea Makassar

Hastuti¹, Akbar Harisa², Indra Gaffar³, Framita Rahman⁴, Nurlaila Fitriani⁵, A. Muflihah Darwis⁶, Hismiranda Bakhtiar⁷, May Shafarah Amila R⁸, Ummul Tazkiyatun Nafs⁹, Yodang^{10*}, Sahrina Abduh¹¹

^{1-9,11}Prodi Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin Makassar

Jalan Tamalanrea Indah, Kec. Tamalanrea, Kota Makassar, 90245, Sulawesi Selatan, Indonesia

¹⁰Prodi D3 Keperawatan, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Sembilanbelas November Kolaka

Jalan Pemuda No. 339 Taha, Kolaka, 93514, Sulawesi Tenggara, Indonesia

*Email Korespondensi: yodang.usnkolaka@gmail.com

Abstract

In Indonesia, the elderly with chronic illnesses have a relatively high percentage. According to the Basic Health Research (Riskesdas) results in 2018, data indicates an increase in non-communicable diseases such as diabetes, hypertension, and stroke among the elderly. The aging process in the elderly leads to a decline in physiological body functions, resulting in the emergence of non-communicable diseases in old age. The purpose of this community service activity is to enhance the knowledge of the elderly about chronic diseases (hypertension and type II diabetes) through a psycho-educational approach. The educational methods employed include lectures, counseling, and discussions. This activity took place on Friday, September 8, 2023, and was attended by 32 elderly individuals at the Tamalanrea Community Health Center who participated voluntarily. Based on observations, the majority of the elderly demonstrated good knowledge about chronic diseases after the question-and-answer sessions and discussions between the speakers and participants. It is hoped that through this activity, the community, especially the elderly, will gain a better understanding of chronic diseases (hypertension and type II diabetes), leading to behavioral changes and improved capabilities in identifying and preventing chronic illnesses in the future.

Keywords: *chronic disease, elderly, psycho-education*

Abstrak

Di Indonesia, lansia dengan penyakit kronis memiliki presentase yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, data menunjukkan adanya peningkatan penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi dan stroke pada lansia. Proses penuaan pada lansia mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi fisiologis tubuh sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang penyakit kronis (hipertensi dan DM tipe II) dengan pendekatan psiko-edukasi. Metode edukasi yang dilakukan berupa penyuluhan, konseling dan diskusi. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat, 8 September 2023 dan diikuti oleh 32 orang lansia di Puskesmas Tamalanrea yang berpartisipasi secara sukarela. Berdasarkan observasi, mayoritas lansia memiliki pengetahuan yang baik mengenai penyakit kronis setelah dilakukan tanya jawab dan diskusi antara pemateri dan peserta penyuluhan. Diharapkan dari kegiatan ini masyarakat khususnya lansia mampu lebih mengenal dan memahami penyakit kronis (hipertensi dan DM tipe II) sehingga dapat menunjukkan adanya perubahan perilaku dan kecakapan kedepannya dalam mengidentifikasi dan mencegah penyakit kronis.

Kata Kunci: lansia, penyakit kronis, psiko-edukasi

PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan jenis penyakit degeneratif yang berkembang atau bertahan dalam jangka waktu yang sangat lama, yakni lebih dari enam bulan dan menyebabkan ketidakmampuan pada penderitanya, dan untuk menyembuhkannya penderita perlu melakukan perawatan dalam periode waktu yang lama¹. Penyakit kronis tidak hanya mengakibatkan kesakitan, kematian, dan ketidakmampuan fisik dari penderita, namun pengelolaan jangka panjang menimbulkan beban biaya yang besar baik bagi pasien maupun keluarganya². Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 cenderung menunjukkan peningkatan penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi dan stroke. Proses penuaan pada lansia mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi fisiologis tubuh sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia³.

Penduduk lanjut usia atau lansia adalah penduduk berumur 60 tahun ke atas, terdiri atas lansia muda (umur 60-69 tahun), lansia madya (umur 70- 79 tahun), dan lansia tua (umur 80 tahun ke atas)⁴. Lansia dengan penyakit kronis di Indonesia memiliki presentase yang cukup tinggi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, didapatkan data penyakit kronis pada lansia adalah hipertensi (57,6%), artritis (51,9%), stroke (46,1%), masalah gigi dan mulut (19,1%), penyakit paru obstruktif menahun (8,6%) dan diabetes mellitus (4,8%). Jika tidak dilakukan upaya penatalaksanaan secara tepat, akan berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia bahkan peningkatan angka kematian lansia di seluruh dunia, termasuk Indonesia⁵. Oleh karena itu, proses penanganan penyakit kronis terus ditingkatkan salah satunya dengan program Prolanis.

Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) telah diterapkan oleh BPJS Kesehatan sejak tahun 2014 dan menjadi salah satu program dari Puskesmas. Penyakit kronis yang termasuk ke dalam program Prolanis yaitu Hipertensi dan DM (Diabetes Melitus) tipe 2. Berdasarkan buku panduan pelaksanaan Prolanis, terdapat empat aktivitas Prolanis yaitu konsultasi medis, edukasi kelompok, *reminder sms gateway*, dan *home visit*. Tujuan dari program Prolanis ini adalah untuk mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke fasilitas kesehatan tingkat pertama memiliki hasil “baik” pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM tipe 2 dan hipertensi sesuai panduan klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit⁶.

Berdasarkan data dari Bidang Bina P2PL Dinas Kesehatan Kota Makassar tahun 2015 menunjukkan bahwa kejadian kasus hipertensi sebanyak 11.596 dengan rincian jenis kelamin yaitu laki-laki sebanyak 4.277 kasus dan perempuan sebanyak 7.319 kasus⁷. Di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar, didapatkan jumlah kasus hipertensi dan diabetes dengan program senam Prolanis pada tahun 2017 sampai 2018 mengalami peningkatan. Pada tahun 2019, sebanyak 70 orang dengan jumlah penderita hipertensi yang tidak rutin melakukan senam Prolanis satu kali dalam seminggu⁸. Pada hasil penelitian yang dilakukan kepada 81 responden, sebagian responden merasakan adanya manfaat dari kegiatan Prolanis, akan tetapi implementasi Prolanis belum merata contohnya seperti di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar yang belum mencapai indikator 75%^{9,10}. Peningkatan implementasi Prolanis dapat ditingkatkan dengan penerapan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) dengan selalu bergerak, makan buah sayur dan periksa kesehatan, serta kegiatan tambahan dana sehat untuk kekeluargaan anggota, pemberian informasi kesehatan dan rekreasi¹¹.

Oleh karena itu, dengan adanya kegiatan pemberian informasi kesehatan ini lansia di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar mampu meningkatkan pengetahuannya terkait penyakit kronis dan pencegahannya.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di pelataran Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar pada Jumat, 8 September 2023 dan dihadiri oleh Penanggungjawab Program Prolanis Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar serta 32 orang lansia sebagai peserta penyuluhan. Adapun metode pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- 1) Penyuluhan, dilakukan dengan pemberian materi dengan metode ceramah konsep dan diskusi bersama peserta penyuluhan terkait penyakit kronis (hipertensi dan DM tipe II). Materi yang disampaikan dibagikan kepada peserta penyuluhan dalam bentuk lembar balik (*leaflet*) dan *standing banner* dengan konten materi meliputi definisi, tanda, gejala, komplikasi yang dapat terjadi pada penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus, cara pencegahan penyakit kronis serta pengobatan dan alur pelayanan.
- 2) Evaluasi, dilakukan dengan memberikan pertanyaan seputar masalah yang dapat ditimbulkan oleh penyakit kronis kepada peserta penyuluhan.
- 3) Monitoring, dilakukan dengan peninjauan kembali untuk menelusuri keberhasilan kegiatan yang telah dilaksanakan.

Langkah yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan ini, yaitu:

Tahap persiapan dilakukan dengan kegiatan berupa rapat koordinasi oleh tim pengabdian masyarakat, pengurusan izin pengabdian masyarakat, pertemuan tim pengabdian masyarakat dengan Kepala Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. Persiapan kemudian dilanjutkan dengan mengobservasi lokasi atau tempat sasaran, menentukan waktu dan tempat kegiatan, mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan untuk kegiatan, membuat undangan yang kemudian disebar kepada peserta penyuluhan dengan dibantu oleh mitra untuk menyiapkan masyarakat yang akan mengikuti kegiatan pengabdian.

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan kegiatan berupa penyampaian materi penyuluhan kepada peserta. Materi diberikan dalam bentuk ceramah konsep (menggunakan bahasa daerah Makassar yang dikombinasikan dengan Bahasa Indonesia) dan ditampilkan dalam bentuk *standing banner* yang telah diatur agar dapat terlihat secara jelas oleh peserta serta lembar balik atau *leaflet* yang dibagikan kepada setiap peserta. Setelah sesi ceramah, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab terkait materi penyuluhan. Tahap monitoring dan evaluasi dilakukan dengan kegiatan meninjau kembali pengetahuan lansia terkait penyakit kronis dengan cara membagikan *leaflet* sebagai bentuk monitoring pengetahuan yang sebelumnya telah diberikan kepada peserta penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 32 orang lansia peserta penyuluhan bersedia hadir sebagai partisipan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh tim. Gambaran karakteristik partisipan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=32)

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Pra-lansia	5	15.6
Lansia	27	84.4
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	11	34.4
Perempuan	21	65.6
Pendidikan		
Sekolah Dasar (SD)	2	6.3
Sekolah Menengah (SMP/SMA)	12	37.5
Sekolah Tinggi (Diploma/S1)	18	56.3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	7	21.9
PNS (Aktif/Pensiunan)	22	68.8
Pegawai Swasta	2	6.3
Pekerja Lepas	1	3.1
Penghasilan		
<Rp. 500.000	6	18.8
Rp. 1.000.000 – Rp. 3.000.000	13	40.6
>Rp. 3.000.000	13	40.6
Status Pernikahan		
Menikah	27	84.4
Cerai Hidup/Mati	5	15.6
Penyakit yang Diderita		
Hipertensi	18	56.3
Diabetes Melitus	6	18.8
Hipertensi dan Diabetes Melitus	6	18.8
Hipertensi dan Kolesterol	1	3.1
Lainnya	1	3.1

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden (84,4%) merupakan lansia berusia di atas 60 tahun, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (65,6%), pendidikan terakhir responden Diploma/S1 (56,3%), lebih dari setengah responden (68,8%) bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) aktif ataupun pensiunan dengan presentase penghasilan per bulan sama antara Rp. 1.000.000 – Rp. 3.000.000 (13%) dan >Rp. 3.000.000 (13%). Lebih dari setengah responden (84,4%) berstatus menikah dan penyakit yang paling banyak diderita adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi (56,3%).

Temuan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan lansia berjenis kelamin perempuan dengan penyakit yang paling banyak diderita adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hipertensi pada lansia mayoritas dialami oleh perempuan. Hal ini berhubungan dengan kondisi *menopause* pada lansia yang menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon estrogen yang memicu terjadinya hipertensi¹². Pada usia *menopause*, wanita mulai kehilangan hormon estrogen yang selama ini berfungsi untuk melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Proses ini terus berlanjut hingga jumlah hormon estrogen dalam tubuh semakin berkurang secara alami bersamaan dengan peningkatan umur, hingga memicu terjadinya hipertensi¹³. Edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang hipertensi

pada lansia diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan dan berdampak pada perbaikan kondisi tekanan darah lansia¹².

Penyuluhan dilakukan dengan cara menyampaikan materi terkait penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus kepada peserta penyuluhan. Konten materi penyuluhan menjelaskan tentang definisi, tanda, gejala, komplikasi yang dapat terjadi pada penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus, cara pencegahan penyakit kronis serta pengobatan dan alur pelayanan, seperti yang terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Konten Materi Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pembukaan dan pemberian sambutan dari Penanggungjawab Program Prolanis Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar kepada peserta penyuluhan. Setelah itu, penyuluhan dilakukan oleh tim dosen pengabdian masyarakat dengan memberikan materi terkait penyakit kronis pada lansia menggunakan metode ceramah seperti yang terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sesi Pemberian Materi

Monitoring dan evaluasi dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan kepada peserta penyuluhan seputar materi mengenai penyakit kronis yang meliputi pertanyaan tentang tanda dan gejala penyakit kronis, komplikasi yang dapat terjadi pada penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus, cara pencegahan penyakit kronis serta pengobatan dan alur pelayanan di fasilitas kesehatan. Antusiasme peserta dapat terlihat dari respon peserta yang bersemangat untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pemateri seperti yang terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab dan Diskusi

Kendala yang dihadapi tim pengabdian masyarakat selama kegiatan adalah banyaknya peserta penyuluhan yang merupakan lansia berusia 60 tahun keatas sehingga pengisian kuesioner data demografi dan riwayat penyakit yang diderita membutuhkan pendampingan dari mahasiswa pengabdian masyarakat untuk membantu peserta dalam mengisi butir-butir pertanyaan dalam kuesioner. Selain itu, terdapat beberapa peserta penyuluhan yang tidak mengisi sejumlah pertanyaan pada kuesioner sehingga sedikit menyulitkan tim pengabdian masyarakat dalam menginterpretasikan hasil dari kuesioner tersebut.

Tim pengabdian masyarakat berharap agar pemerintah setempat, terutama pihak Puskesmas sebagai penyedia layanan kesehatan terdekat dengan masyarakat melakukan tindak lanjut terkait program Prolanis serta meningkatkan frekuensi senam Prolanis pada lansia agar risiko kejadian penyakit kronis pada masyarakat terutama lansia dapat ditekan dan juga derajat kesehatan yang optimal dapat dicapai sehingga hal ini dapat terus diajarkan pada generasi muda.

KESIMPULAN

Melalui edukasi, pengetahuan lansia terkait penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus tipe II diharapkan dapat meningkat. Berdasarkan observasi, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai penyakit kronis setelah dilakukan tanya jawab dan diskusi antara pemateri dan peserta penyuluhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin yang telah memberikan dukungan dengan mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik dan lancar. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar sebagai mitra yang telah bersedia menjadi sarana dan media dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Marhamah Putri Rahmatullah, Hismiranda Bakhtiar, Nita Hardianty, Rachmat Fajar, Fajar Husodo, Ni Wayan Krisna Yanti dan Syifa Karina Aldawiyah yang telah membantu kegiatan ini. Terima kasih juga diberikan kepada Yodang, S.Kep., Ns., M.Pall.Care yang telah menelaah naskah hingga publikasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ginting, R., Hutagalung, P. G. J., Hartono, H. & Manalu, P. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemanfaatan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) pada lansia di Puskesmas Darussalam Medan. *Jurnal Prima Medika Sains* **2**, 24–31 (2020).
2. Ilmi, A. A., Fatimah, N. & Patima, P. Self-Management dan Dukungan Keluarga pada Lanjut Usia dengan Penyakit Kronis. *Journal of Islamic Nursing* **3**, 36 (2018).
3. Zaenurrohmah, D. H. & Rachmayanti, R. D. Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly. *Jurnal Berkala Epidemiologi* **5**, 174 (2017).
4. BPS. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022*. (2022).
5. Zulfritri, R. Analisis Kebijakan Pelayanan Kesehatan Primer dalam Manajemen Penatalaksanaan Penyakit Kronis Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas* **10**, 52 (2017).
6. BPJS. Panduan praktis Prolanis (Program pengelolaan penyakit kronis).
7. Dinas Kesehatan Makassar. *Profil kesehatan Kota Makassar 2015*. (Dinas Kesehatan Kota Makassar, 2015).
8. Puskesmas Tamalanrea. Rekam Medis Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. Preprint at (2019).
9. Ariana, R., Sari, C. W. M. & Kurniawan, T. Perception of Prolanis Participants About Chronic Disease Management Program Activities (PROLANIS) in the Primary Health Service Universitas Padjadjaran. *NurseLine Journal* **4**, 103 (2020).
10. Rosdiana, A., Raharjo, B. & Indarjo, S. Implementasi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)* **1**, 140–150 (2017).
11. Puskesmas Pancasaman. Yuk kelola penyakit kronis dengan Prolanis. <https://pkmpancasan.kotabogor.go.id/welcome/post/single/25> (2019).
12. Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D. & Atmaka, D. R. Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas* **11**, 159–165 (2022).
13. Riyadina, W. *Hipertensi pada wanita menopause*. (LIPI Press, 2019).