

Sosialisasi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan di Rumah Guna Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Desa Uteunkot

Nora Maulina¹, Harvina Sawitri², Mulyati Sri Rahayu³ Najwa Zakkiya⁴, Siti Syifa⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Aceh Utara

*Email korespondensi: nora.maulina@unimal.ac.id

ABSTRAK

Peningkatan jumlah penduduk lansia menimbulkan konsekuensi yang kompleks. Berbagai tantangan yang diakibatkan penuaan penduduk telah mencakup setiap aspek kehidupan. Untuk dapat menyikapi kondisi tersebut, dibutuhkan suatu program evaluasi pencegahan kelanjutusiaan yang mampu mengayomi kehidupan lansia di Indonesia dengan cara mengakomodasi adanya kebutuhan terhadap potensi dan sumber daya penduduk lansia di Indonesia. mengenai kelanjutusiaan, di antaranya: kondisi kesehatan, potensi ekonomi, keadaan sosial, dan akses penduduk lansia terhadap berbagai fasilitas perlindungan dan pemberdayaan bagi peningkatan kualitas hidupnya. Resiko jatuh adalah suatu kejadian yang dilaporkan penderita atau keluarga yang melihat kejadian yang mengakibatkan seseorang mendadak terbaring, terduduk dilantai atau tempat yang lebih rendah dengan atau tanpa hilang kesadaran dengan atau tanpa luka. Jatuh dapat mengakibatkan berbagai jenis cedera, kerusakan fisik dan psikologis. Kerusakan fisik yang paling ditakuti dari kejadian jatuh adalah patah tulang panggul. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan edukasi pengetahuan kepada masyarakat desa Uteunkot terkait pentingnya pertolongan pertama pada lansia saat kecelakaan di rumah, mengarahkan anggota keluarga lansia agar lebih memperhatikan kesehatan lansia terkait kecelakaan dirumah agar kualitas hidup lansia dapat terjaga dan sosialisasi pengetahuan yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Melalui program pengabdian ini, pengetahuan masyarakat desa Uteunkot lebih baik lagi dalam penanggulangan trauma pada lansia, meningkatnya kesadaran dari keluarga dan lansia sendiri agar dapat lebih berhati-hati dalam melakukan aktivitas sehari-hari guna mencegah trauma dan terbentuknya kesadaran lansia untuk terus menjaga kesehatan lansia agar kualitas hidup baik

Kata kunci: pertolongan-pertama, kecelakaan, lansia

METODE

Tahapan yang dilakukan selama pengabdian, pertama melakukan survei pendahuluan untuk melihat kondisi di lapangan untuk melihat permasalahan yang dihadapi lokasi kegiatan dan mengurus izin melakukan pengabdian, kemudian pada tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian dengan pendekatan edukasi pada masyarakat tentang pentingnya pengetahuan terhadap pertolongan pertama pada kecelakaan lansia dirumah. Sosialisasi pencegahan kecelakaan lansia dirumah agar kualitas hidup lansia terjaga, edukasi pada anggota keluarga terdekat terkait pertolongan pertama kecelakaan lansia dan memberi pemahaman untuk menjaga kualitas hidup lansia. Kemudian tahap evaluasi, pada tahap ini dilakukan evaluasi atas hasil yang telah dicapai selama sosialisasi dan edukasi pada pengabdian. Masukan dan perbaikan lebih lanjut dapat dilakukan pada tahap ini.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Hasil yang telah dicapai melalui program kegiatan ini adalah sesuai dengan target yang telah direncanakan sebelumnya yaitu:

1. Pemaparan materi dilakukan didepan masyarakat desa uteunkot kota lhokseumawe.

Pemaparan materi bertujuan dengan memotivasi lansia bahwa seiring bertambahnya usia, penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi dan sistem tubuh pada lansia bersifat alamiah. Kemudahan beraktivitas membantu lansia melakukan kegiatan tanpa hambatan, menggunakan energi minimal dan menghindari cedera. Trauma adalah penyebab utama kelima kematian pada pasien yang berusia lebih dari 65 tahun. Perubahan anatomi dan fisiologi akibat proses menua mengakibatkan peningkatan morbiditas dan mortalitas pada lansia, kurang lebih 28 % pasien lansia meninggal akibat trauma. Pasien lansia mungkin mempunyai penyakit pemberat dan penurunan sensitifitas terhadap obat-obat tertentu sehingga akan mempersulit resusitasi. Lansia dengan trauma membutuhkan penanganan yang berbeda/lebih intensif dari pada pasien muda yang mengalami trauma yang serupa. Perawatan yang intensif dan segera resusitasi merupakan hal yang penting untuk memperoleh outcome yang maksimal pada lansia. Pasien lansia dengan trauma memiliki resiko yang tinggi terhadap hipotermia. Kondisi akibat trauma meningkatkan pasien lansia mengalami hipotermia ketika suhu lingkungan yang dingin. Demensia dapat mengakibatkan pasien lupa untuk melindungi dirinya dari cuaca yang dingin. Pasien yang lebih tua memiliki tingkat basal metabolisme yang lebih rendah dan sulit mempertahankan suhu inti tubuh ketika suhu lingkungan sangat dingin. Kondisi medis yang mempengaruhi untuk hipotermia meliputi hipoglikemia, hipotiroidisme, hypopituitarism, hypoadosteronism, sepsis, dan penyalahgunaan zat.



Gambar 1. Pemaparan Materi

2. Sosialisasi trauma pada lansia

Jatuh pada lanjut usia (lansia) dapat mengakibatkan trauma baik fisik maupun psikologis bahkan kematian. Namun sampai saat ini belum ada upaya yang sistematis untuk mencegah dan mengatasi jatuh pada lansia yang tinggal di rumah. Diperlukan sebuah panduan perawatan mandiri untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan

lansia beserta keluarga dalam mencegah dan mengatasi hal tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menggali topik-topik yang diperlukan dalam pengembangan panduan perawatan mandiri pencegahan dan penanganan jatuh untuk lansia. Penanganan trauma pada Lansia, Penyebab utama trauma adalah karena jatuh (*fall*). Hal ini terjadi pada lebih kurang terjadi pada 40% kaum yang berusia lanjut. Sebanyak 10% dari jatuh tersebut mengakibatkan cedera berat dan 50% diantaranya mengakibatkan fraktur atau patah tulang. Bagaimana penanganannya? Langkah pertama, jangan bergerak kecuali jika diperlukan. Jangan memindahkan korban jika punggung atau lehernya terluka. Untuk menangani daerah luka, lipat sepotong karton / majalah dan tempatkan di bawah anggota badan. Ikat dengan hati-hati menggunakan potongan kain. Langkah kedua, jika terjadi perdarahan, hentikan dengan membungkus daerah luka dengan perban secara erat atau kain steril. Terapkan tekanan pada luka. Langkah ketiga, jika orang yang terluka menunjukkan tanda-tanda syok, tutupi dia dengan selimut sementara kaki ditinggikan sekitar 30 cm. Tanda-tanda syok termasuk pusing, lemas, kulit pucat dan berkeringat, sesak napas, dan peningkatan denyut jantung. Langkah keempat, untuk membantu mengurangi pembengkakan, kompres es atau kompres dingin ke bagian tersebut. Namun, jangan letakkan es langsung pada kulit. Bungkus dalam handuk atau kain. Langkah kelima, tunggulah bantuan medis atau bawa ke rumah sakit.



Gambar 2. Sosialisasi trauma pada lansia

3. Pengaruh dan Dampak Kegiatan

Pengaruh dan dampak yang dicapai dari kegiatan ini meningkatnya pengetahuan masyarakat desa Uteunkot terhadap pentingnya mengetahui tata cara pencegahan trauma pada lansia guna peningkatan kualitas hidup lansia, kegiatan ini juga diikuti dengan sosialisasi dengan pembagian brosur agar para lansia dan keluarga lansia mengetahui tentang langkah-langkah yang harus dilakukan guna mencegah trauma pada lansia.

KESIMPULAN

Melalui program pengabdian ini, pengetahuan masyarakat desa Uteunkot lebih baik lagi dalam penanggulangan trauma pada lansia, meningkatnya kesadaran dari keluarga dan lansia sendiri agar dapat lebih berhati-hati dalam melakukan aktivitas sehari-hari guna mencegah trauma dan terbentuknya kesadaran lansia untuk terus menjaga kesehatan lansia agar kualitas hidup baik

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada pihak LPPM Universitas Malikussaleh dan Gampong Uteunkot sehingga pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Berbudi, B.L.A., Adiputra, N., dan Sugijanto. 2014. Pelatihan Core Stability dan Balance Board Exercise Lebih Baik dalam Meningkatkan Keseimbangan dibandingkan dengan Balance Board Exercise pada Mahasiswa Usia 18 – 24 Tahun dengan Kurang Aktivitas Fisik. *Sport and Fitness Journal*, 2(1): 134-149
- BPS. (2019). Statistik penduduk lanjut usia 2019. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/20/ab17e75dbe630e05110ae53b/statistikpenduduk-lanjut-usia-2019.html>
- Brown, Jackie, et all. (2004). Models of Quality of Life: A Taxonomy, Overview and Systematic Review of The Literatur. *European Forum on Population Ageing Research*. Page: 6, 8, 46
- Cut Ita Zahara, Yara Andita Anastasya. Dukungan Keluarga pada Lansia Program Keluarga Harapan. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, Volume 3, Nomor 1. Juli 2020.
- Darmojo & Martono, 2004. Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut). FKUI: Jakarta, 9, 22
- Fristantia, D.A, Zulfitri R, Hasneli Y. 2017. Analisis Faktor-faktor yang berhubungan dengan Risiko Jatuh pada Lansia yang tinggal di Rumah. Universitas Riau. Fristantia, D.A, Zulfitri R, Hasneli Y. 2017. Analisis Faktor-faktor yang berhubungan dengan Risiko Jatuh pada Lansia yang tinggal di Rumah. Universitas Riau
- Hairi, N.N., Tee, G.H., Awang, B., dan Izzuna, M. 2012. Physical Function in Older People . Department of Social and Preventive Medicine, Faculty of Medicine, University of Malaya, Kuala Lumpur
- I Komang Arimbawa, dr. Sp.S. Kejadian jatuh pada lanjut usia .Bagian/ SMF Neurologi FK Universitas Udayana/ RSUP Sanglah Denpasar (2012)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Indonesia Masuki Periode Aging Population Dipublikasikan Pada : Kamis, 04 Juli 2019 <https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masuki-periode-aging-population.html>
- Nugroho. (2012). Keperawatan gerontik & geriatrik, edisi 3. Jakarta : EGC
- Ratnawati, E. 2017. Asuhan keperawatan gerontik. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Rapley, Mark. (2003). Quality of Life Research: a critical introduction. London: Sage Publications. Page: 53, 54, 92-94, 180-181, 235, 236, 238-242, 244-248
- Risdianto. (2009). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Desa Kembang Kuning Cepogo Boyolali. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tidak dipublikasikan
- Supriyono, E. 2015. Aktivitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi Risiko Jatuh pada Lansia. *Jurnal Olahraga Prestasi* Vol. 11(2).
- World Health Organization. 2015. World Report on Ageing and Health. Luxembourg: WHO Library Cataloguing-in-Publication Data
- Zurratul Muna, Liza Adyani, Femy Shavira. Analisis Kesehatan Mental Pada Lansia (Memahami Kebersyukuran Pada Lansia Muslim di Aceh Utara). Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, Volume 3, Nomor 1. Juli 2020.