

## **Pemberdayaan Masyarakat Dalam Upaya Preventif Penyakit Degeneratif Guna Peningkatan Derajat Kesehatan Warga Desa Reulet Timur**

Cut Sidrah Nadira<sup>1</sup>, Mulyati Sri Rahayu<sup>2</sup>, Nora Maulina<sup>3</sup>, Oktaduta Muhammad<sup>4</sup>, Rizki Akbar<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Studi Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Aceh Utara

\*Email korespondensi: [cut.sidrah@unimal.ac.id](mailto:cut.sidrah@unimal.ac.id)

### **ABSTRAK**

Gerakan masyarakat hidup sehat merupakan upaya untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan bagi setiap orang untuk hidup sehat agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud. Angka kejadian penyakit degeneratif semakin meningkat. Permasalahan yang terjadi salah satunya adalah ketidak tahuan penderita akan kondisi kesehatannya. Minimnya tingkat pemahaman dan kesadaran diri untuk melaksanakan pemeriksaan rutin sehingga penyakit degeneratif berkembang dan beberapa diantaranya berkembang menjadi penyakit paliatif, maka perlu upaya kegiatan pelatihan penatalaksanaan kesehatan masyarakat terkait penyakit degeneratif dan paliatif. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan edukasi pengetahuan kepada masyarakat desa Reulet Timur tentang pentingnya mengetahui tentang penyakit degeneratif dan memberi pengetahuan terhadap penyakit degeneratif serta pencegahan yang harus diketahui terkait pengurangan risiko penyakit degeneratif. Melalui program pengabdian ini, pengetahuan masyarakat desa Reulet Timur dapat menumbuhkan kesadaran dan memotivasi para lansia untuk mau dan mampu memantau dan memecahkan masalah kesehatan yang terjadi pada dirinya secara mandiri dan konsisten., kesadaran dari para lansia untuk selalu menjaga pola hidup yang baik agar dapat mencegah terjadinya penyakit degeneratif dan terbentuknya kader agar dapat mengevaluasi para lansia agar selalu menjaga kesehatannya.

**Kata kunci:** penyakit-degeneratif, lansia, pencegahan

### **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 tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian dengan pendekatan edukasi pada masyarakat tentang pentingnya pengetahuan terhadap upaya preventif penyakit degeneratif yang terdiri dari sosialisasi jenis penyakit degeneratif yang sering dijumpai, edukasi pada anggota keluarga terdekat terkait upaya preventif penyakit degeneratif dan 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

Pemaparan materi dilakukan didepan masyarakat desa Reulet Timur tentang bagaimana lansia yang merupakan penduduk berisiko tinggi untuk terjadinya berbagai macam penyakit degeneratif, antara lain asam urat, hipertensi, dan diabetes melitus. Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, pola hidup sehat, dan pola pencegahan dini, merupakan penyebab utama tingginya angka kejadian komplikasi penyakit ada lansia. Penyakit tersebut lebih banyak disadari oleh lansia ketika sudah dalam kondisi parah dan dengan komplikasi, sehingga berdampak pada berbagai aspek diantaranya meningkatnya angka kesakitan dan kematian, serta penurunan kualitas hidup lansia dan penurunan kemampuan lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, pola hidup sehat, dan pola pencegahan dini, masih merupakan penyebab utama tingginya angka kejadian komplikasi penyakit pada lansia. Ketidakterjangkauan lansia terhadap akses pelayanan kesehatan lansia juga merupakan faktor penghambat lansia dan keluarga untuk mendapatkan informasi terkait penyakit tersebut. bertujuan secara khusus agar lansia mendapatkan informasi yang tepat dan jelas mengenai penyakit degeneratif, jenis penyakit, faktor resiko dan penyebab, serta bagaimana pola pencegahan dan penanganan yang tepat. Kegiatan diskusi dan tanya jawab aktif dilakukan agar informasi yang disampaikan berlangsung secara dua arah dan sekaligus mengevaluasi pemahaman lansia terhadap materi yang disampaikan. Media yang digunakan dalam memberikan informasi ini adalah menggunakan CD dan leaflet. Media ini cukup efektif dan informatif karena penyampaian yang diberikan lebih visual dengan mencantumkan gambar-gambar yang relevan dan menarik, dan juga disertai dengan penjelasan yang cukup komprehensif.



Gambar 1. Pemaparan Materi

### 2. Sosialisasi penyakit degeneratif pada lansia

Berbagai upaya telah dilakukan baik oleh pemerintah maupun lembaga swasta untuk meningkatkan pengetahuan dan keterjangkauan lansia akan informasi tentang kesehatan, salah satunya adalah dibentuknya pelayanan posyandu lansia. Namun pada beberapa wilayah, kegiatan ponyandu lansia belum dimanfaatkan dengan baik oleh lansia. Posyandu lansia merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan oleh lansia untuk menjangkau pelayanan kesehatan, serta informasi dan edukasi tentang kesehatan lansia, termasuk

penyakit degeneratif.. Secara khusus, tujuan kegiatan ini adalah (1) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit asam urat, (2) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit hipertensi, (3) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang hiperkolesterol, (4) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang penyakit diabetes melitus, (5) memberikan pengetahuan kepada lansia tentang cara pencegahan dan penanganan penyakit asam urat, hipertensi, hiperkolesterol dan diabetes melitus.



Gambar 2. Sosialisasi penyakit degenerative pada lansia

### 3. Pengaruh dan Dampak Kegiatan

Pengaruh dan dampak yang dicapai dari kegiatan ini meningkatnya pengetahuan masyarakat desa Reulet Timur dalam pemberian informasi tentang kesehatan dilakukan untuk membangun kesadaran para lansia untuk diajak memikirkan permasalahan yang dihadapi, membuka harapan-harapan yang realistis dengan didasarkan pada kondisi fisiologisnya. Ketika kesadaran dan pengetahuan telah terbentuk maka penggerakan lansia untuk meningkatkan kapasitas diri dan kemampuan dalam menjaga kesehatannya akan lebih mudah untuk dilakukan. Secara umum tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit degeneratif di wilayah Reulet Timur

### KESIMPULAN

Melalui program pengabdian ini, pengetahuan masyarakat desa Reulet Timur dapat menumbuhkan kesadaran dan memotivasi para lansia untuk mau dan mampu memantau dan memecahkan masalah kesehatan yang terjadi pada dirinya secara mandiri dan konsisten, kesadaran dari para lansia untuk selalu menjaga pola hidup yang baik agar dapat mencegah terjadinya penyakit degeneratif dan terbentuknya kader agar dapat mengevaluasi para lansia agar selalu menjaga kesehatannya.



**UCAPAN TERIMAKASIH**

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

**DAFTAR PUSTAKA**

- Amelia Intan Saputri<sup>1</sup>, Meutia Maulina. Hubungan profil lipid dengan lama rawatan stroke iskemik pada BLUD Cut Meutia kabupaten Aceh Utara. *Averous. Jurnal kedokteran dan kesehatan Malikussaleh*. Volume 2 Nomor 1, Mei 2016
- Atthina, N., & Iswari, L. (2014, June). Klusterisasi data kesehatan penduduk untuk menentukan rentang derajat kesehatan daerah dengan metode k-means. In *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI) (Vol. 1, No. 1)*.
- Candra Hadi Prasetyo, Emilia puspitasari sugiyanto, Wijanarko Heru Pramono. Pengabdian masyarakat pelatihan tentang program layanan kesehatan masyarakat penyakit degeneratif dan paliatif pengurus PKK RT06 RW 09 Bintoro Demak. <http://eprosiding.akper-whs.ac.id/index.php/eproc/article/view/17>. *Prosiding Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang*. Volume 2 Nomor 1. 2020
- Beaglehole, R., dkk., 2003. *Dasar-dasar Epidemiologi*. Gadjah Mada University Press, Yogyakarta
- Bergas Wasenanto, Mohamad Irwan Afandi, Rizka Hadiwiyanti, Sistem pakar penentuan tanaman obat herbal untuk penyakit degeneratif Vol. 1 No. 1 (2020): JIFoSI Volume 1, No 1: Maret 2020
- Gofir, A. *Management stroke: evidence based medicine*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia Press, 2009.
- KEMENKES RI., Rencana Aksi Program Kesmas 2015-2019. Jakarta 2018 <https://dinkes.serangkoeta.go.id/pages/keadaan-derajat-kesehatan>
- Kementrian Kesehatan RI, 2011, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No: 2269/MENKES/PER/XI/2011 Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih, Kementrian Kesehatan RI, Jakarta
- Khairun Nisa Berawi, Riyan Wahyudo, Annisa Adietya Pratama. Potensi terapi Moringa Oleifera (Kelor) pada penyakit degeneratif. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*. Volume 3 Nomor 1 2019.
- Prasanti, D., & Fuady, I. (2017). Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 1(2), 129–138
- Suprpto, S., Herman, H., & Asmi, A. S. (2020). Kompetensi Perawat dan Tingkat Keterlaksanaan Kegiatan Perawatan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 680–685.
- Suiraoaka I. Mengenal, mencegah, mengurangi faktor resiko 9 penyakit degeneratif. 2012
- Suiraoaka, I. (2016). Penyakit degeneratif. Yogyakarta: Nuha Medika. Mengenal, Mencegah Dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degenaratif, (Penyakit Degeneratif), 41–54