

Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemeriksaan Kesehatan pada Lansia di Desa Gardu Bengkulu Utara

Wahyuni Ramadhani Fitri¹, Dea Niken Debora², Risky Budi Yarmanto³, Riska Santi⁴, Eki Priady Sinaga⁵, Astri Clarisa Andini⁶, Noveriza Pusparani⁷, Afrima Widanti⁸

¹Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Bengkulu, Indonesia

^{2,8}Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bengkulu, Indonesia

³Program Studi Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Indonesia

^{4,5}Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Bengkulu, Indonesia

⁶Program Studi Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Indonesia

⁷Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bengkulu, Indonesia

*e-mail: whyfri22@gmail.com¹, ndebora563@gmail.com², risky2016bengkulu@gmail.com³, hrmwntyrisika@gmail.com⁴, sinagaekipriady@gmail.com⁵, risa072003@gmail.com⁶, pusparaninoveriza@gmail.com⁷, afrimawidanti@unib.ac.id⁸

Abstrak

Pemeriksaan kesehatan bukan hanya tanggung jawab pemerintah. Pengabdian kepada masyarakat dibidang kesehatan dapat dimulai sejak dini melalui berbagai bentuk aplikasi karya dan bakti, seperti penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan gratis. Jika dibandingkan dengan usia muda, lansia lebih rentan terhadap berbagai penyakit, terutama penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif adalah kondisi yang berlangsung lama dan memengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang hipertensi dan pengobatannya. Di Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Bengkulu Utara, pengabdian kesehatan kepada lansia dilaksanakan melalui pemeriksaan tanda vital untuk mengidentifikasi perubahan pada sistem tubuh. Tanda -tanda vital yang diperiksa meliputi tekanan darah, suhu tubuh, denyut nadi, dan frekuensi pernapasan serta pemeriksaan kesehatan pada lansia. Fokus kegiatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi sehingga dapat melakukan pengendalian dan penatalaksanaan hipertensi pada lansia. Hasil evaluasi proses penyuluhan menunjukkan bahwa kegiatan dilakukan sesuai dengan rencana dan kontrak waktu dengan lansia. Lansia sangat antusias dan aktif bertanya, lansia tetap mengikuti acara sampai selesai. Penyuluhan dan penatalaksanaan hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang perawatan dan pengendalian hipertensi. Diharapkan nantinya dapat mempertahankan pola hidup sehat dan terhindar dari penyakit hipertensi serta penyakit terkait lainnya.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Pemeriksaan Kesehatan

Abstract

Health checks are not only the responsibility of the government. Community service in the health sector can be started early through various forms of work and service applications, such as health counseling and free health checks. When compared to young people, the elderly are more vulnerable to various diseases, especially degenerative diseases. In Gardu Village, Arma Jaya District, North Bengkulu, health services to the elderly are carried out through vital sign checks to identify changes in the body system. Vital signs checked include blood pressure, body temperature, pulse rate, and respiratory frequency as well as health checks on the elderly. The focus of the activity is to increase elderly knowledge about hypertension so that they can control and manage hypertension in the elderly. Counseling and management of hypertension can increase the knowledge of the elderly about the care and control of hypertension. It is hoped that later they can maintain a healthy lifestyle and avoid hypertension and other related diseases.

Keywords: Elderly, Health Check, Hypertension

1. PENDAHULUAN

Membangun Indonesia yang merata, adil, dan makmur, khususnya di bidang kesehatan, bukan hanya menjadi tanggung jawab pemerintah. Seluruh komponen bangsa, termasuk masyarakat, memiliki peran proporsional untuk bersinergi aktif dalam upaya meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi, ada tiga kewajiban

yang terdapat dalam perguruan tinggi. Salah satu kewajiban perguruan tinggi sesuai dengan Tri Dharma adalah pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu upaya dalam pembangunan nasional. Melalui proses pengembangan ilmu pengetahuan, hasil-hasil penelitian dan inovasi diterapkan secara nyata untuk membantu dan memberdayakan masyarakat. Pengabdian masyarakat ini adalah bagian penting dari pembangunan nasional yang menghubungkan teori akademik dengan aplikasi di lapangan.

Pengabdian kepada masyarakat di bidang kesehatan dapat dimulai sejak dini melalui berbagai bentuk aplikasi karya dan bakti, seperti penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan gratis secara sederhana. Salah satu pemeriksaan kesehatan yang mudah dilakukan adalah pemeriksaan tanda - tanda vital. Pemeriksaan tanda vital adalah metode untuk mendeteksi adanya perubahan pada sistem tubuh. Tanda-tanda vital yang diperiksa meliputi tekanan darah, suhu tubuh, denyut nadi, dan frekuensi pernapasan. Perubahan pada tanda-tanda vital ini dapat mengindikasikan bahwa tubuh sedang dalam keadaan sakit atau kelelahan. [1].

Desa Gardu merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara, Provinsi Bengkulu. Total penduduk di desa ini berjumlah 496 jiwa yang terdiri atas 248 laki - laki dan 248 perempuan, serta terdapat 30 lansia berusia enam puluh tahun keatas. Mayoritas penduduk di Desa Gardu bermata pencaharian sebagai petani. Kondisi fasilitas kesehatan di wilayah ini sangat terbatas, ditunjukkan dengan tidak adanya pelayanan kesehatan dasar seperti puskesmas pembantu. Sementara itu, untuk mengakses layanan kesehatan yang lebih komprehensif, masyarakat harus menempuh perjalanan ke pusat kecamatan atau kabupaten [2]. Terbatasnya fasilitas kesehatan di wilayah ini diduga berdampak pada tingkat pengetahuan masyarakat Desa Gardu, khususnya kalangan lansia, terkait kondisi kesehatan vital mereka. Hasil pengamatan di lapangan menunjukkan bahwa banyak lansia yang belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Hal ini mengindikasikan kurangnya kepedulian dan pemahaman mereka mengenai pentingnya deteksi dini terhadap potensi gangguan atau permasalahan pada fungsi - fungsi vital sistem tubuh. Keterbatasan mobilitas yang seringkali dialami oleh kelompok lansia turut menjadi faktor yang mempersulit mereka untuk mengakses layanan pemeriksaan kesehatan rutin.

Indonesia saat ini sedang mengalami fase populasi menua (*aging population*), di mana proporsi penduduk lanjut usia semakin meningkat. Berdasarkan Sensus Penduduk Indonesia pada 2023, hampir 12 persen atau sekitar 29 juta penduduk Indonesia termasuk dalam kategori lansia. Menurut Wakil Menteri Kesehatan Republik Indonesia Prof. dr. Dante Saksono Harbuwono, jumlah lansia di Indonesia diprediksi akan terus meningkat hingga tahun 2045. Proyeksi menunjukkan bahwa pada tahun 2045, Indonesia akan memiliki sekitar 20 persen atau 50 juta jiwa penduduk lansia [3]. Berbagai penyakit seperti diabetes melitus, hipertensi, gagal jantung, osteoporosis, osteoarthritis, dan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah penyakit yang paling umum pada orang tua. Usia, gaya hidup, dan pola hidup adalah penyebab penurunan kondisi kesehatan pada orang tua [4]. Dengan adanya data mengenai kesehatan lansia dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan lansia diharapkan nantinya berguna untuk promosi kesehatan pada kelompok usia muda untuk menghindari kondisi buruk dimasa tua [5].

Berdasarkan uraian pendahuluan sebelumnya, dapat diidentifikasi bahwa tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat di bidang kesehatan ini adalah untuk mengetahui kondisi kesehatan para lansia di Desa Gardu serta memberikan edukasi yang relevan kepada mereka. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat, khususnya kelompok lansia, terhadap pentingnya pemantauan kesehatan vital secara berkala.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat Lansia ini dilaksanakan di Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara, Provinsi Bengkulu pada tanggal 10-11 Juli 2024.

Populasi lansia usia 60 tahun ke atas di Desa Gardu, Bengkulu Utara sebanyak 30 orang dan sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 30 orang yang terdiri dari 18 laki - laki dan 12 perempuan. Alat yang digunakan pada kegiatan ini adalah Tensimeter, Termometer, dan Oximeter. Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara mendatangi satu per satu rumah warga lansia untuk melakukan pengecekan kesehatan. Para lansia diwajibkan mengisi biodata, yaitu nama, usia, jenis kelamin, alamat, dan pekerjaan. Kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan tanda - tanda vital, yaitu tekanan darah, suhu tubuh, nadi, dan saturasi oksigen. Selain itu, dilakukan juga anamnesis mengenai riwayat penyakit lansia yang dicantumkan di bagian catatan.

Tabel 1.1 Nilai Normal Tekanan Darah

Kategori	Tekanan Darah
Hipotensi	<90/60 mmHg
Normal	90-120/60-80 mmHg
Pre-Hipertensi	120-140/80-90 mmHg
Hipertensi tipe 1	140-160/90-100 mmHg
Hipertensi tipe 2	>160/100 mmHg

Tabel 1.2 Nilai Normal Suhu Tubuh

Kategori	Suhu Tubuh
Normal	36,6-37,2
Sub Febris	37-38
Febris	38-40
Hiperpireksia	40-42
Hipotermi	<36
Hipertermi	>40

Tabel 1.3 Nilai Normal Denyut Nadi

Kategori	Denyut Nadi
Normal	60-100 x/menit
Takikardi	>100 x/menit
Bradikardi	<60 x/menit

Tabel 1.4 Nilai Normal Saturasi Oksigen

Kategori	%SpO2
Normal	95-100%

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan pada lansia di Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara diperoleh hasil untuk pemeriksaan tekanan darah kategori hipertensi 2 lansia (7%), normal 10 lansia (33%), pre-hipertensi 9 lansia (30%), hipertensi tipe 1 terdapat 7 lansia (23%), dan hipertensi tipe 2 terdapat 2 lansia (7%). Data menunjukkan bahwa lansia perempuan dengan hipertensi lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki. Penanganan hipertensi, termasuk kepatuhan pada diet, penggunaan obat hipertensi, dan penyesuaian lingkungan sangat penting dalam pengendalian kondisi pada lansia dengan tujuan mencegah komplikasi. Dibandingkan dengan hipertensi yang terkendali, hipertensi yang tidak terkontrol menyebabkan lebih banyak kasus gagal ginjal [6].

Data pemeriksaan suhu tubuh diperoleh hasil untuk kategori normal 19 lansia (63%), sub febris 2 lansia (7%), dan hipotermi 9 lansia (30%). Lansia mungkin memiliki suhu tubuh yang lebih rendah akibat dari penurunan produksi panas karena metabolisme basal yang lebih rendah, penurunan aliran darah karena perubahan pembuluh darah, dan peningkatan kehilangan panas karena kulit yang lebih tipis dan kurangnya lemak subkutan. Studi telah

menunjukkan bahwa suhu tubuh lansia dapat lebih rendah dari 36°C. Pada orang lanjut usia, termoregulasi tidak efektif untuk mengontrol suhu tubuh inti sehingga meningkatkan kejadian hipotermia [7].

Data pemeriksaan jumlah denyut nadi per menit diperoleh hasil lansia dengan denyut nadi per menit normal sebanyak 27 lansia (90%), takikardi sebanyak 2 lansia (7%), dan bradikardi 1 lansia (3%). Denyut nadi awal perempuan rata-rata lebih tinggi daripada laki-laki. Denyut nadi seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, seperti posisi tubuh, usia, dan jenis kelamin. Laki-laki berusia 2-7 tahun memiliki denyut nadi lebih rendah dari perempuan, dengan denyut nadi per menit rata-rata 97 untuk laki-laki dan 98 untuk perempuan. Pada usia 8-14 tahun, denyut nadi rata-rata 76 untuk laki-laki dan 94 untuk perempuan. Pada usia 21-28 tahun, denyut nadi rata-rata 73 untuk laki-laki dan 80 untuk perempuan. Pada usia lanjut, denyut nadi rata-rata 67 untuk laki-laki dan 81 untuk perempuan [8].

Data pemeriksaan saturasi oksigen (SpO2) diperoleh hasil 30 lansia memiliki kadar oksigen normal pada rentang 95-100%. Beberapa hal, seperti kadar hemoglobin yang berubah, sirkulasi darah tubuh yang terganggu, aktivitas yang tinggi, kedinginan, jari terlalu besar atau terlalu kecil, dan denyut nadi terlalu kecil, dapat memengaruhi kadar oksigen. Beberapa faktor menyebabkan penurunan aktivitas fisik, termasuk masalah yang berhubungan dengan usia dan gaya hidup, serta penurunan fungsi fisik. Dari kondisi ini, dapat disimpulkan bahwa aktivitas fisik mungkin menyebabkan penurunan berat badan pada lansia, tetapi saturasi oksigen mungkin tetap normal atau baik [9].



Gambar 1. (a), (b), (c), (d) Pemeriksaan Kesehatan Gratis pada Lansia di Desa Gardu, Bengkulu Utara

Tabel 2.1 Pemeriksaan Tekanan Darah

Kategori	Jumlah Lansia	% Jumlah
Normal	10	33%
Hipotensi	2	7%
Pre-Hipertensi	9	30%
Hipertensi tipe 1	7	23%
Hipertensi tipe 2	2	7%
Total	30	100%

Tabel 2.2 Pemeriksaan Suhu Tubuh

Kategori	Jumlah Lansia	% Jumlah
Normal	19	63%
Sub Febris	2	7%
Febris	0	0%
Hipotermia	9	30%
Hipertermia	0	0%
Total	30	100%

Tabel 2.3 Pemeriksaan Denyut Nadi

Kategori	Jumlah Lansia	% Jumlah
Normal	27	90%
Takikardi	2	7%
Bradikardi	1	3%
Total	30	100%

Tabel 2.4 Pemeriksaan Saturasi Oksigen

Kategori	Jumlah Lansia	% Jumlah
Normal	30	100%
Tidak normal	0	0%
Total	30	100%

4. KESIMPULAN

Hasil pemeriksaan kesehatan pada lansia di Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara menunjukkan bahwa terdapat beberapa masalah kesehatan yang ditemukan, terutama terkait dengan tekanan darah dan suhu tubuh. Dari data yang diperoleh, 7% lansia mengalami hipertensi, 23% hipertensi tipe 1, dan 7% hipertensi tipe 2. Selain itu, 30% lansia mengalami hipotermi. Hal ini menunjukkan perlunya penanganan yang tepat untuk mengendalikan kondisi hipertensi dan menjaga suhu tubuh pada lansia.

Kelebihan pada pengabdian ini adalah data penelitian memberikan gambaran jelas mengenai profil kesehatan lansia di Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara, khususnya terkait dengan tekanan darah dan suhu tubuh. Pengabdian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program dan intervensi kesehatan yang lebih efektif bagi lansia di wilayah Desa Gardu, Kecamatan Arma Jaya, Kabupaten Bengkulu Utara. Adapun kekurangan pada pengabdian hanya berfokus pada 4 parameter kesehatan, yaitu tekanan darah, suhu tubuh, nadi, dan pernapasan sehingga data kesehatan lainnya yang mungkin juga penting bagi lansia tidak terungkap. Selain itu, Sampel penelitian relatif kecil, hanya mencakup 30 lansia, sehingga hasil tidak dapat digeneralisasikan secara luas.

Kemungkinan Pengembangan pada pengabdian ini selanjutnya dapat diperluas cakupan pemeriksaan kesehatan lansia, mencakup parameter lain seperti fungsi kognitif, aktivitas fisik, dan status gizi. Jumlah sampel dapat ditingkatkan untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif dan dapat digunakan sebagai dasar perencanaan program kesehatan yang lebih efektif bagi lansia di wilayah tersebut. Selain itu, pengabdian selanjutnya dapat menyelidiki faktor - faktor yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan yang ditemukan, seperti gaya hidup, riwayat penyakit, dan akses layanan kesehatan, sehingga intervensi dapat lebih tepat sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. Hidayati and I. Darfika, "Edukasi Manfaat Tanda Vital Tubuh Manusia pada Kaum Ibu Kelurahan Sitirejo I Kecamatan Medan Kota – Kota Medan," *J. Implementa Husada*, vol. 3,

- no. 2, pp. 105–109, 2022, doi: 10.30596/jih.v3i2.11887.
- [2] “Profil Desa Gardu,” Desa Gardu. [Online]. Available: <https://gardu.desapintar.web.id/>
- [3] M. E. dr. Siti Nadia Tarmizi, “Indonesia Siapkan Lansia Aktif dan Produktif,” Kemenkes. [Online]. Available: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240712/2145995/indonesia-siapkan-lansia-aktif-dan-produktif/>
- [4] Gresinta et al, “Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Gratis dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat,” *Qardhul Hasan Media Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 4, pp. 97–101, 2018.
- [5] W. Isdijoso et al., *SMERU Research Report The Situation of the Elderly in Indonesia and Access to Social Protection Programs: Secondary Data Analysis*, vol. 1. 2023. [Online]. Available: www.tnp2k.go.id
- [6] H. Mulyana, Y. Sriyani, and D. Ipah, “Dampak Hipertensi Terkontrol Dan Hipertensi Tidak Terkontrol Terhadap Kejadian Gagal Ginjal: a Literatur Review,” *J. Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, vol. 4, no. 2, 2021, doi: 10.54440/jmk.v4i2.110.
- [7] K. Alagiakrishnan, P. Dhimi, and A. Senthilselvan, “Predictors of Conversion to Dementia in Patients With Mild Cognitive Impairment: The Role of Low Body Temperature,” *Journal of Clinical Medicine Research*. [Online]. Available: <https://www.doi.org/10.14740/jocmr4883>
- [8] S. Supriyono and M. Magdalena, “Hubungan antara Aktivitas Fisik, Denyut Nadi dan Status Gizi Peserta Pelatihan Dasar Calon Pegawai Negeri Sipil Provinsi Jawa Tengah,” *J. Ilmu Kesehat. Masy.*, vol. 12, no. 05, pp. 337–345, 2023, doi: 10.33221/jikm.v12i05.1864.
- [9] I. A. P. Paramurthi, N. L. G. A. M. Negara, I. M. D. Prianthara, and P. A. Sarasdianthi, “Studi Tentang Aktivitas Fisik, Tekanan Darah, Dan Saturasi Oksigen Pada Lansia Di Desa Batubulan Kangin,” *Maj. Ilm. Fisioter. Indones.*, vol. 10, no. 3, p. 174, 2022, doi: 10.24843/mifi.2022.v10.i03.p09.