

EFFORTS TO IMPROVE THE HEALTH OF ELDERLY MOTHERS THROUGH REFRESHING ELDERLY CADRE

Emi Nurlaela¹, Dian Kartikasari²

^{1,2} Department of Nursing, University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

 nurlaela_stikespkj@yahoo.co.id

Abstract

Abstract

The health of mothers in the elderly needs to be considered considering that their body functions have decreased. Various health problems occur and require management by both the family and health workers. Health workers are assisted by the community to try to keep the elderly healthy through the Posyandu for the elderly. Posyandu for the elderly and health cadres for the elderly have been established in various places. Health cadres have been trained so that they can participate in improving public health, including the elderly. Knowledge and skills of health cadres need to be refreshed aimed at reminding the knowledge that has been obtained, increasing knowledge, and adding new knowledge. The knowledge of elderly cadres that has been conveyed in the form of hypertension, stroke, diabetes mellitus, osteoporosis only, needs to be reminded again that anemia in the elderly also needs to be known, studied and conveyed. Anemia in the elderly can increase the risk of disability two times compared to the elderly who are not anemic. This community service is carried out in the Bugangan village, the working area of the Kedungwuni II Health Center, Pekalongan Regency. The method of refreshing the elderly cadres with lectures & questions and answers on anemia in the elderly. The activity was attended by all (100%) health cadres in the working area of the Kedungwuni II Public Health Center as many as 15 people. The activity was conducive, as many as 86,7 % of cadres were active in question and answer activities. There was an increase in the knowledge of cadres about anemia in the elderly. The activity received full support from the village head and his apparatus by giving permission and providing places, infrastructure for the refreshment needs of elderly cadres. Suggestion: Refreshment activities need to be followed up with the application of identification of anemia in the elderly and counselling on anemia in the elderly by health cadres.

Keywords: Elderly Cadre, Maternal Health, Old Age,

UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN IBU MASA LANSIA MELALUI PENYEGARAN KADER LANSIA

Abstrak

Kesehatan ibu pada masa lansia perlu diperhatikan mengingat fungsi tubuhnya sudah menurun. Berbagai gangguan kesehatan terjadi dan memerlukan pengelolaan baik oleh keluarga maupun tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan dibantu masyarakat berupaya agar lansia tetap sehat melalui kegiatan posyandu lansia. Keberadaan posyandu lansia dan kader kesehatan lansia telah dibentuk di berbagai tempat. Kader kesehatan telah dilakukan pelatihan agar dapat berperan serta meningkatkan kesehatan masyarakat termasuk lansia. Pengetahuan dan ketrampilan kader kesehatan perlu dilakukan penyegaran yang ditujukan untuk mengingatkan kembali pengetahuan yang telah didapat, meningkatkan pengetahuan, serta menambah pengetahuan baru. Pengetahuan kader lansia yang selama ini disampaikan berupa penyakit hipertensi, stroke, deabetes

melitus, osteoporosis saja, perlu diingatkan lagi bahwa penyakit anemia pada lansia juga perlu diketahui, dipelajari dan disampaikan. Anemia pada lansia dapat meningkatkan risiko disabilitas dua kali dibandingkan lansia yang tidak anemia. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di desa bugangan wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan. Metode kegiatan penyegaran kader lansia dengan ceramah & tanya jawab materi anemia pada lansia. Kegiatan dihadiri seluruh (100%) kader kesehatan wilayah kerja puskesmas kedungwuni II sebanyak 15 orang. Kegiatan berjalan kondusif, sebanyak 86,7 % kader aktif dalam kegiatan tanya jawab. Terjadi peningkatan pengetahuan kader mengenai anemia pada lansia. Kegiatan mendapat dukungan penuh dari kepala desa dan aparatnya dengan memberikan ijin serta menyediakan tempat, sarana prasarana kebutuhan penyegaran kader lansia. Saran : Kegiatan penyegaran perlu ditindaklanjuti dengan aplikasi identifikasi anemia pada lansia serta penyuluhan anemia pada lansia oleh kader kesehatan.

Kata kunci: *Kader Lansia, Kesehatan Ibu, Masa Lansia,*

1. Pendahuluan

Anemia merupakan salah satu penyebab morbiditas dan mortalitas lansia sekarang ini [1]. Lanjut usia (lansia) menurut World Health Organization (WHO) adalah kelompok manusia dengan usia ≥ 60 tahun. Keadaan anemia pada lansia dapat meningkatkan risiko disabilitas sebesar dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan lansia tanpa anemia [2]. Peningkatan disabilitas mengakibatkan penurunan kemampuan hidup mandiri pada lansia. Peningkatan populasi lansia dan meningkatnya angka harapan hidup tentunya akan diikuti dengan peningkatan risiko mengalami penyakit kronis seperti diabetes melitus, penyakit serebrovaskuler, penyakit jantung koroner, osteoarthritis, penyakit muskuloskeletal dan penyakit paru [3]. Kejadian penyakit degeneratif dan masalah gizi pada lansia terus meningkat dewasa ini [4]

Salah satu masalah gizi dapat menimbulkan penyakit anemia. Penyakit anemia juga dapat terjadi pada lansia. Kekurangan asam folat pada seorang lansia dapat disebabkan oleh kurangnya keragaman makanan yang dikonsumsi, gangguan pencernaan sehingga penyerapan asam folat menjadi rendah [5]. [6] ada hubungan tingkat kecukupan asam folat ($p = 0,002$) dengan kejadian anemia pada lansia. Pada usia di atas 60 tahun, lansia mengalami gangguan penyerapan vitamin B12 .

Anemia pada lansia seringkali tidak mendapat perhatian. Lansia merupakan salah satu kelompok yang rawan terhadap kekurangan zat gizi mikro seperti zinc. Dampak kekurangan zinc pada lanjut usia adalah penurunan fungsi kekebalan tubuh, penurunan daya pengecap dan penciuman terhadap makanan dan juga bisa memperpanjang masa penyembuhan penyakit [7].

Penelitian skrining anemia pada lansia [8] dari 30 responden, 17 sampel dengan kadar hemoglobin rendah dengan nilai presentase 56,7% , 12 sampel memiliki kadar hemoglobin normal dengan presentase 40% dan satu sampel kadar hemoglobin tinggi dengan presentase 3,3%. Hasil penelitian lainnya menunjukkan status anemia pada pasien lanjut usia yang menderita anemia (Hb 8 g/dl-9,9 g/dl) sejumlah 75 pasien atau 73,5%, sedangkan yang tidak anemia (Hb 10 g/dl-batas normal) sejumlah 27 pasien yaitu 26,5%. Hasil analisis *chi square* dengan nilai $p = 0,004$, yang berarti adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada lansia [9].

Pada umumnya lanjut usia kurang efisien dalam menyerap beberapa nutrisi penting, selain itu menurunnya nafsu makan, kesulitan menelan karena berkurangnya air liur, cara makan yang lambat karena penyakit pada gigi, gigi yang berkurang dan mual karena masalah depresi, hal ini menyebabkan defisiensi zat besi pada tubuh lansia [8].

Pengelolaan anemia tergantung dari hasil evaluasi. Suplemen asam folat menjadi salah satu tindakan yang dianjurkan pada kondisi anemia. Terapi pemberian zat besi intra vena dapat dilakukan pada kekurangan zat besi absolut. Setelah dilakukan identifikasi tanda gejala anemia, pemeriksaan kadar haemoglobin perlu dilakukan [1].

Informasi mengenai pencegahan anemia pada lansia perlu diberikan baik pada lansia maupun kader kesehatan lansia yang mengelola posyandu lansia. [10] Pendidikan kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan. Pengabdian masyarakat dengan pendampingan kader lansia [11] terjadi peningkatan kunjungan lansia ke posyandu lansia sebesar 30%. Kader posyandu dan keluarga lansia turut berpartisipasi aktif dalam membantu peningkatan kunjungan lansia ke posyandu lansia. Kader posyandu memegang peranan yang sangat strategis dalam upaya pemanfaatan pelayanan posyandu lansia

2. Literatur Review

Kegiatan pengabdian masyarakat ini didasarkan pada hasil-hasil penelitian yang telah dipublikasikan baik penelitian mengenai posyandu lansia, anemia pada lansia maupun pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan termasuk pengetahuan kader kesehatan lansia. [11] kompetensi kader didapatkan kader kurang mampu memberikan penyuluhan kesehatan, dan kurang mampu berkomunikasi dengan baik pada lansia maupun keluarga lansia, pendidikan kader masih rendah, rata rata dibawah Sekolah Menengah Atas (SMA). Akibatnya penyampaian informasi kegiatan-kegiatan posyandu lansia tidak sampai dengan baik kepada lansia dan keluarganya.

Anemia merupakan suatu penyakit yang paling sering dialami oleh lansia. [12] menemukan prevalensi penyakit tidak menular pada usia lanjut di Indonesia antara lain anemia (46,3%), penyakit hipertensi (42,9%), penyakit sendi (39,6%), serta penyakit jantung dan pembuluh darah (10,7%). Lansia usia 65–74 tahun di Indonesia yang mengalami anemia sebesar 34,2% dan lansia usia >75 tahun sebesar 46% [13]. Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan [11] setelah dilakukan pelatihan, penyuluhan terhadap kader lansia menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kunjungan lansia ke posyandu lansia sebesar 30%. [3] ada hubungan antara peran kader dengan kualitas hidup lansia, kader selalu memberikan dukungan positif, memberikan edukasi, memberikan motivasi pada lansia untuk melakukan pemeriksaan rutin.

3. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan kader lansia di desa bugangan kabupaten pekalongan. Desa bugangan kabupaten pekalongan merupakan salah satu desa yang mejadi desa binaan Program Studi Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Setelah penyegaran kader lansia diharapkan kader dapat menyampaikan informasi yang didapat kepada para lansia yang ada di desa tersebut. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab. Kegiatan diawali dengan pengurusan perijinan, mempersiapkan file penyuluhan, mempersiapkan sarana prasarana, mengundang seluruh kader kesehatan desa bugangan wilayah kerja puskesmas kedungwuni II kabupaten pekalongan.

4. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyegaran kader kesehatan yang telah dilakukan ini berjalan kondusif, kader kesehatan lansia mendengarkan penjelasan dengan penuh konsentrasi seperti terlihat pada [Gambar 1](#). Kegiatan dilakukan bertempat di TPQ desa Bugangan. Tempat penyelenggaraan penyegaran kader tersebut disediakan aparat desa mengingat balaidesa sedang adakan untuk berbagai kegiatan diantaranya vaksinasi covid 19.

Kegiatan penyegaran kader dimulai jam 09.00, dengan harapan kader telah menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya mengerjakan kegiatan rumah tangga. Kegiatan penyegaran kader dilakukan dalam satu hari dua pokok bahasan yang berbeda. Kegiatan tersebut dilakukan dalam beberapa minggu. Kontrak jadwal didiskusikan sebelum pelaksanaan kegiatan antara koordinator kader lansia serta koordinator dosen dalam pelaksanaan penyegaran kader tersebut.

Salah satu pokok bahasan yang disampaikan yaitu anemia pada lansia. Penyegaran kader yang diharapkan dapat mengingatkan kembali konsep teori mengenai penyakit anemia. Persepsi kader terhadap penyakit anemia hanya terjadi pada ibu-ibu hamil, perlu diperbaiki pemikirannya mengingat penyakit anemia bisa terjadi pada lansia. Penjelasan materi mulai dari pengertian anemia, batasan anemia pada lansia, penyebab anemia, dampak anemia pada lansia, pencegahan dan penanganan anemia pada lansia. Kader diberikan kesempatan bertanya mengenai materi yang belum jelas. Beberapa dari kader aktif bertanya, menanggapi pernyataan pembicara. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi berupa pemberian pertanyaan-pertanyaan kepada kader mengenai materi yang telah diberikan sesuai tujuan instruksional yang telah disusun dalam satuan penyuluhan.

Anemia merupakan masalah kesehatan yang paling utama pada lansia. Anemia sebaiknya tidak dianggap sebagai konsekuensi penuaan yang tidak dapat dihindari. Anemia pada lansia menandakan adanya suatu penyakit yang mendasari. Anemia Defisiensi Besi (ADB) merupakan salah satu penyebab utama anemia pada lansia, karena pada umumnya lanjut usia kurang efisien dalam menyerap beberapa nutrisi penting, selain itu, menurunnya nafsu makan karena penyakit yang dideritanya, kesulitan menelan karena berkurangnya air liur, cara makan yang lambat karena penyakit pada gigi, gigi yang berkurang dan mual karena masalah depresi, hal ini menyebabkan defisiensi zat besi pada tubuh lansia [14]. Pada kegiatan penyegaran kader selain materi pelatihan, disiapkan juga salah satu contoh makanan yang murah dan mudah didapat namun mempunyai nilai gizi terutama mengandung zat besi yaitu daun kelor. [15] ada pengaruh konsumsi serbuk daun kelor (*moringa oleifera*) terhadap kadar haemoglobin p value 0.031 dimana p value < 0.05. Responden penelitian tersebut berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 responden (81.2%) dengan rerata usia responden adalah 65 tahun (lansia). Pembahasan kandungan daun kelor, cara memasak yang benar agar zat-zat gizi tidak hilang ketika daun kelor dimasak dan macam-macam masakan yang bisa dibuat dari daun kelor menjadi materi yang dibicarakan pada kegiatan penyegaran kader tersebut.

Kader lansia dipersiapkan untuk meningkatkan jumlah lansia yang hadir dalam posyandu lansia. Angka kunjungan lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah dukungan dari kader kesehatan. Kader kesehatan lansia telah dibentuk dan dilakukan pelatihan, namun perlu diadakannya penyegaran kader agar ilmu kepengetahuan, ketrampilan dan sikap prilaku kader dalam mengelola posyandu lansia meningkat. Penyegaran kader dapat dilakukan oleh dinas kesehatan, puskesmas, maupun institusi pendidikan seperti halnya Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Dokumen kegiatan penyegaran kader lansia di desa bugangan kabupaten Pekalongan dapat dilihat pada [Gambar 1](#), [Gambar 2](#), [Gambar 3](#) dan [Gambar 4](#).



Gambar 1. Penyampaian materi penyegaran kader lansia mengenai anemia pada lansia



Gambar 2. Ceramah & tanya jawab mengenai konsep dasar anemia



Gambar 3. Kader mendengarkan & membaca handout yang diberikan



Gambar 4. Aktivitas kader lansia dalam mendengarkan materi yang disampaikan

5. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan di desa bugangan kabupaten pekalongan. Keberhasilan kegiatan disebabkan adanya dukungan seluruh pihak baik dari institusi Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Puskesmas Keedungwuni II Kabupaten Pekalongan maupun dari perangkat desa bugangan. Dukungan berupa dukungan informasi yang diberikan, dukungan instrumental berupa sarana prasarana, dukungan emosional, dan dukungan penghargaan.

Pokok bahasan anemia pada lansia tidak banyak diketahui dan dibahas dalam berbagai kegiatan pelatihan kader kesehatan sebelumnya, sehingga identifikasi penyakit tersebut pada lansia tidak pernah dilakukan. Rencana tindak lanjut kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa identifikasi penyakit anemia pada lansia termasuk pada ibu-ibu yang sudah mengalami lansia. Selain itu kemampuan kader kesehatan lansia dalam memberikan penyuluhan pada lansia dan keluarga lansia dalam kegiatan posyandu lansia perlu ditingkatkan dan dilakukan monitoring evaluasi secara berkala.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Kepala Lembaga Penelitian & Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kepala Puskesmas Kedungwuni II, Kepala Desa Bugangan Kabupaten Pekalongan, serta seluruh civitas akademik Program Studi Sarjana Keperawatan & Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Referensi

- [1] L. T. Goodnough and S. L. Schrier, "Evaluation And Management Of Anemia In The Elderly," *Natl. Libr. Med.*, vol. Vol 89 No, pp. 88–96, 2014, [Online]. Available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4289144/>.
- [2] D. Priyatno, Salikun, Irmanita, and D. E. Purlinda, "Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Danilai Hematokrit Sebagai Screening Anemiapadalansia Di Asrama Tni-Ad Mrican Semarang," *J. LINK*, vol. Vol 13 No, pp. 49–53, 2017, [Online].

- Available: https://scholarhttps://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/link.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=anemia+pada+lansia+menurut+who&oq=anemia+pada+lansia.
- [3] S. Setyoadi, A. Ahsan, and A. Y. Abidin, "Hubungan Peran Kader Kesehatan Dengan Tingkat Kualitas Hidup Lanjut Usia," *J. Nurs. Sci. Updat.*, vol. Vol 1 No 2, pp. 182–192, 2013, [Online]. Available: <https://jik.ub.ac.id/index.php/jik/article/view/28>.
 - [4] V. Bianchi, "Anemia in the Elderly Population," *J. Hematol.*, vol. Vol 3 No 4, pp. 95–106, 2014, [Online]. Available: https://www.academia.edu/51228998/Anemia_in_the_Elderly_Population.
 - [5] Fairweather-Tait SJ, et al. "Iron status in the elderly," *Natl. Libr. Med.*, pp. 136–137, 2014, doi: 10.1016/j.mad.2013.11.005.
 - [6] P. R. Alamsyah and D. R. Andrias, "Hubungan Kecukupan Zat Gizi Dan Konsumsi Makanan Penghambat Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Lansia," *Media Gizi Indones.*, vol. Vol 11 No, pp. 48–54, 2016, doi: = <http://dx.doi.org/10.20473/mgi.v11i1.48-54>.
 - [7] Y. Rosmalina, D. Permaesih, and F. Ernawati, "Status Zinc Pada Lansia Laki-Laki Yang Anemia Dan Tidak Anemia Di Desa Dan Kota," *Gizi Indonesia J. Indones. Nutr. Assoc.*, vol. Vol 27 No, pp. 82–87, 2004, doi: DOI: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v27i2.10>.
 - [8] M. Mardiyansyah, E. Erfan, and Yurman Yurman, "Skrining Anemia Pada Lansia Melalui Pemeriksaan Hemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Sukasari," *J. Indonetioan Med. Lab. Sci.*, vol. Vol 3 No 2, pp. 184–191, 2022, doi: <https://doi.org/10.53699/joimedlabs.v3i2.120>.
 - [9] V. nurul laily Ni'mah hidayatul laili1, "Analisis Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Lansia Di Upt. Puskesmas Colomadu," *J. Ilm. Keperawatan*, vol. Vol 8 No 1, pp. 67–73, 2020, doi: <https://doi.org/10.52236/ih.v8i1.177>.
 - [10] T. Solehati, C. Windani, M. Sari, M. Lukman, and C. E. Kosasih, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dalam Upaya Menurunkan Aki Pada Kader Posyandu Pendahuluan," vol. 4, no. 1, pp. 7–12, 2018.
 - [11] A. A. Sulaiman Sulaiman, Lagut Sutandra, Yeni Vera, "Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Suka Raya," *J. Dedicators Community*, vol. Vol 2 No 2, pp. 116–122, 2018, [Online]. Available: <https://ejournal.unisnu.ac.id/JDC/article/view/712>.
 - [12] Kementerian Kesehatan, "Profil Kesehatan Indonesia 2014," 2015. doi: doi: 10.1037/0022-3514.51.6.1173.
 - [13] M. drg. Oscar Primadi and K. P. D. dan Informasi, *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. 2014.
 - [14] H. R. Prasetya, S. Sistiyono, and M. E. E. Naur, "Gambaran Anemia pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta Tahun 2013," *J. Heal.*, vol. Vol 1 No 1, 2014, doi: <https://doi.org/10.30590/vol1-no1-p23-28%0A%0A>.
 - [15] N. M. Supriyadi Supriyadi, Novita Dewi, "Kadar Hemoglobin Lansia Setelah Konsumsi Serbuk Daun Kelor (*Moringa Oleifera*)," *CARE J. Ilm. Ilmu Kesehat.*, vol. Vol 9 No 3, pp. 447–455, 2021, doi: DOI: <https://doi.org/10.33366/jc.v9i3.2765>.