

UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN LANSIA DALAM PENCEGAHAN OOSTEOPOROSIS DI POSYANDU LANSIA KELURAHAN PAKUAN BARU (THE EFFORTS TO IMPROVE ELDERLY HEALTH IN PREVENTING OOSTEOPOROSIS AT POSYANDU ELDERLY NEW PAKUAN VILLAGE)

Received: 4 Desember 2023

Revised: 11 Desember 2023

Accepted: 20 Desember 2023

^{1*}Akhirul Jumaisal Sitompul, ²Norma Rotua Simanjuntak

^{1,2} Poltekkes Kemenkes Jambi, Indonesia

e-mail: ^{1*} jumaisalachir@gmail.com

Abstract

Osteoporosis is a degenerative disease that causes bones to become brittle. The results of previous research on 30 elderly people with risk factors for osteoporosis, namely age, gender, body mass index, smoking and steroid medication, showed 7 people with abnormal ALP and total calcium levels. Giving pre-test questionnaires to respondents before carrying out socialization and education to determine the extent of knowledge about osteoporosis showed very low results. Meanwhile, in the results of the evaluation by administering a post-test questionnaire, there was a significant increase in knowledge about osteoporosis among respondents after participating in community service activities.

Keywords: Risk group; Degenerative, Osteoporosis, Alkaline Phosphatase, Total calcium

Abstrak

Osteoporosis merupakan penyakit degeneratif yang menyebabkan tulang menjadi rapuh. Hasil penelitian sebelumnya pada 30 orang Lansia dengan faktor resiko osteoporosis yaitu usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, merokok dan obat steroid, menunjukkan 7 orang dengan kadar ALP dan kalsium total abnormal.

Pemberian kuisioner pre-tes kepada responden sebelum pelaksanaan sosialisasi dan edukasi untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang osteoporosis menunjukkan hasil sangat rendah. Sedangkan pada hasil evaluasi dengan pemberian kuisioner post-tes terjadi peningkatan yang signifikan pengetahuan tentang penyakit osteoporosis dari responden setelah mengikuti kegiatan pengabmas.

Kata kunci: Kelompok resiko; Degeneratif; Osteoporosis; Alkali Posfatase; Kalsium total

1. PENDAHULUAN

Penyakit osteoporosis terjadi pada usia 50 tahun yang ditandai dengan penyusutan kalsium sebanyak 30% dan mencapai 50% pada usia 70 tahun. Bullamore JR et al meneliti pengaruh usia pada penyerapan kalsium. Pandemik.

Hasil penelitian tentang Analisis Alkali Phospatase dan Kalsium Serum Pada Kelompok Resiko Osteoporosis yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuan Baru didapat hasil kadar ALP meningkat pada 4 responden dan Kalsium total turun pada 7 responden.

Penegakkan diagnosis osteoporosis pada pasien yang berobat di Puskesmas Pakuan Baru tidak tersedia, sehingga harus dirujuk ke RS Matthaer maupun Laboratorium swasta.

2. METODE

Pelaksanaan Program yang berkoordinasi dengan ketua RT 04 Kelurahan Pakuan Baru dan Kader Posyandu Lansia Melati 1 kegiatan Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia Dalam Pencegahan Osteoporosis di Posyandu Lansia Melati 1 RT.04 Kelurahan Pakuan Baru dapat terlaksana dengan lancar diawali pemberian kuisioner pre-tes tentang penyakit osteoporosis, dilanjutkan dengan sosialisasi hasil penelitian sekaligus penyuluhan tentang penyakit serta upaya-upaya pencegahan dan dengan kuisioner pos-tes untuk mengetahui

apakah ada peningkatan pengetahuan dari para responden yang mengikuti kegiatan pengabmas tersebut. Bagi peserta yang kadar ALP dan kalsium totalnya abnormal dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjut serta mengkonsultasikan dengan dokter agar diperoleh penanganan lebih lanjut. Pemberian buku saku kepada para peserta yang dilakukan sebagai panduan dalam tindakan sehari-hari dalam mencegah terjadinya osteoporosis.

Bentuk partisipasi mitra yaitu: Ketua RT 04 Kelurahan Pakuan Baru memberikan izin kepada Tim Pengabmas untuk melaksanakan kegiatannya. Kader Posyandu lansia memberikan informasi kepada para lansia khususnya responden penelitian untuk hadir pada kegiatan pengabmas. Ketua RT 04 Kelurahan Pakuan Baru membantu kegiatan dengan menyediakan Tempat dan peralatan penunjang kegiatan.

Kegiatan kepakaran dan tugas tim sudah terlaksana dengan baik yang melibatkan semua tim Pengabmas terdiri dari 1 orang ketua, 1 orang anggota dan 3 orang mahasiswa Prodi STr TLM. Ketua Pengabmas bertugas sebagai narasumber pelaksanaan kegiatan dengan memaparkan hasil penelitian, penjelasan tentang segala sesuatu tentang penyakit osteoporosis dan menjawab pertanyaan dari responden. Anggota pengabmas bertugas memantau pelaksanaan kegiatan, mengevaluasi dan menilai kemampuan responden dalam menjawab kuisioner pre-tes dan post-tes.

Mahasiswa bertugas mendokumentasikan kegiatan, menyebarkan kuisioner, mengabsen peserta dan membantu segala sesuatu guna kelancaran kegiatan pengabmas agar berjalan lancar sesuai rencana.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat tentang Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia Dalam Pencegahan Osteoporosis di Posyandu Lansia Melati 1 RT.04 Kelurahan Pakuan Baru diawali dengan survey awal untuk membuat kesepakatan dengan pihak terkait yaitu Ketua RT, kader dan responden pengabmas. Setelah mendapat kesepakatan waktu dan tempat pelaksanaan.



Gambar 1. Absensi Peserta Dan Pengisian Kuisioner Pre-Tes

Pemberian kuisioner pre-tes kepada responden sebelum pelaksanaan sosialisasi dan edukasi untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang osteoporosis dapat dilihat pada Gambar 1. di atas.

Hasil evaluasi kuisioner pre-test dengan jawaban benar diatas 70% dapat dilihat pada tabel 1. dibawah ini, yang dapat disimpulkan sebagian responden mempunyai pengetahuan yang rendah tentang penyakit osteoporosis.

Tabel 1. Hasil Kuisioner pre-tes

Benar >70%	Benar < 70 %
20	80

Sosialisasi hasil penelitian yang dihadiri oleh 7 orang responden dengan kadar ALP dan kalsium totalnya abnormal diberikan edukasi bagaimana upaya dilakukan selanjutnya dengan menyarankan berkonsultasi dengan dokter untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut guna mengantisipasi keparahan penyakit adapat dilihat pada Gambar 2. di bawah ini. Upaya peningkatan pengetahuan dilakukan dengan penyuluhan dan tanya jawab yang mendapat respon positif ditandai banyaknya pertanyaan yang ditanyakan seputar penyakit agar responden yang kadar ALP dan kalsium totalnya normal bisa melakukan upaya preventif dengan pola hidup sehat.



Gambar 2. Sosialisasi Hasil Penelitian, Edukasi dan Tanya Jawab

Pelaksanaan Evaluasi Pengabmas dapat dilihat pada Gambar 3. di bawah ini, adalah terjadi penurunan jumlah yang dihadiri 24 orang peserta. Saat evaluasi diberikan penyuluhan, pertanyaan serta upaya apa saja yang telah dilakukan oleh responden yang hasil pemeriksaan ALP dan Kalsium totalnya abnormal dan normal selama 1 bulan terakhir. Pertanyaan-pertanyaan banyak dikhususkan kepada kelompok kadar ALP dan kalsium totalnya abnormal guna memantau kondisi kesehatan mereka saat itu dan apakah ada keluhan-keluhan atau perubahan lain yang tampak serta dirasakan.



Gambar 3. Evaluasi dan Tanya Jawab

Pemberiaan kuisioner post-tes pada Gambar 4. di bawah ini, dilakukan guna mengevaluasi hasil kegiatan yang sudah berjalan dan apakah ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pengabmas.



Gambar 4. Pengisian Kuisioner Post-Tes

Berdasarkan hasil evaluasi dan dilanjutkan dengan pemberian kuisioner post-test dengan jawaban benar diatas 70% tesaji pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Kuisioner Post-tes

Benar >70%	Benar < 70 %
65	35

Dari tabel terlihat terjadi peningkatan yang signifikan pengetahuan tentang penyakit osteoporosis dari responden yang telah mengikuti kegiatan pengabmas yang telah dilakukan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Sosialisasi hasil penelitian yang telah dilakukan Kurang mendapat respon dari responden yang kadar ALP dan kalsium totalnya abnormal ditandai dengan 7 orang saja yang hadir dengan alasan bekerja. Pada umumnya responden tidak mengetahui penyebab peningkatan Kadar ALP dan dan penurunan Kalsium serum pada pada Kelompok Resiko osteoporosis. Mengajukan kepada responden yang hasil pemeriksaan ALP dan kalsium total serum yang abnormal berkonsultasi dengan dokter. Responden yang hasil pemeriksaan ALP dan kalsium totalnya normal telah menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah terjadinya penyakit osteoporosis berdasarkan tanya jawab yang telah dilakukan.

Adapun saran untuk kegiatan ini adalah pelaksanaan kegiatan sebaiknya dilakukan dihari libur dengan melibatkan tokoh-tokoh agama dan masyarakat guna banyak menjangring partisipasi masyarakat. Mengajukan kepada responden yang hasil pemeriksaan ALP dan kalsium total serum yang abnormal menerapkan pola hidup sehat seperti, berolah raga, konsumsi makan tinggi kalsium, tidak merokok serta upaya-upaya yang dapat mencegah terjadinya keparahan penyakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusun mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Ketua RT, Kader Posyandu Lansia, Kepala BPPSDM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Direktur Poltekkes Kemenkes, Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi, Kepala Puskesmas Pakuan Baru, Bapak dan Ibu dosen teman sejawat, dan semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, J.M.F, 2006, *Diabetes Mellitus Gestasional, dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*, Departemen Penyakit Dalam FKUI, Jakarta.
- Agung Made S.Dewi, Murniati Tibo, Stefana H.Kaligis, 2018, Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Ibu Hamil Trisemester III di Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi Manado, *Jurnal Medik dan Rehabilitasi*, FK Sam Ratulangi, Manado.
- Badan Pusat Statistik Muaro Jambi, 2014, Jumlah Penduduk Kabupaten Muaro Jambi 2014
- Estridge, B, Davies J, 2000, *Kehamilan dan Diabetes*, diterjemahkan oleh Nugroho Yuwono, Arcan, Jakarta
- Heru Seiawan, Yudhin Fratidhina, Mohammad Ali, 2014, Hubungan Ibu Hamil Pengidap Diabetes Mellitus dengan Kelahiran Bayi Makrosimia di RSAB Harapan Jakarta, *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III*.
- Imamah Indah Cahyani, Niken Safitri Dyan Kusumaningrum, 2017, *Karakteristik Ibu Hamil Dengan Hiperglikemia* Program Studi Ilmu Keperawatan, Jurusan Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro