

PENYULUHAN PENCEGAHAN COVID-19 DAN PELAYANAN KESEHATAN BAGI LANSIA DI BANJAR TEGAL LANGON

A.A. Istri Arika Widiyanti¹⁾ I Made Dharma Amaja²⁾

¹⁾ Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mahasaraswati Denpasar

²⁾ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: dharma.atmaja07@unmas.ac.id

ABSTRAK

Covid-19 telah menyebar secara cepat dan mengenai semua tingkat umur. Angka kematian tertinggi terdapat pada lansia, karena menurunnya fungsi imun tubuh dan adanya kerentanan yang tinggi pada lansia. Lansia sulit memahami beberapa himbauan yang diberikan pemerintah terkait upaya menjaga diri agar tidak terpapar virus Corona. Tujuan dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat adalah agar lansia dapat meningkatkan kewaspadaan dan memahami pentingnya perilaku hidup bersih sehat sebagai pencegahan Covid 19. Metode pelaksanaan kegiatan diawali dengan memberikan edukasi melalui penyuluhan tentang Covid-19, kemudian melakukan cek kesehatan, dan terakhir penyebaran poster. Kegiatan ini telah terlaksana dengan baik dimana 90% lansia dapat memahami edukasi yang diberikan yang terlihat dari beberapa pertanyaan yang diajukan lansia dan keinginan untuk menerapkan perilaku 3M (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak) dalam menghindari penyebaran virus corona.

Kata Kunci: Covid-19, Lansia, Penyuluhan, Imun

ANALISIS SITUASI

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu implementasi dari Tridharma Perguruan Tinggi yang dapat memberikan suatu pengalaman belajar kepada mahasiswa yang terlibat sebagai bekal untuk hidup bermasyarakat di luar kampus yang secara langsung dapat mengidentifikasi dan menangani permasalahan sehingga diharapkan mahasiswa mampu mengembangkan potensi desa / daerah dan memberikan solusi mengenai permasalahan yang ada di desa tersebut. Situasi pandemi saat ini tidak memungkinkan mahasiswa untuk melakukan Pengabdian kepada Masyarakat secara langsung, sehingga Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan secara *daring* kombinasi dengan *luring*. Sesekali mahasiswa masih tetap terjun ke masyarakat untuk mengidentifikasi permasalahan yang ada.

Lokasi program pengabdian kepada masyarakat ini bertempat di lingkungan Banjar Tegal Langon yang beralamat di Jl. Gn. Krakatau I No. 9, Desa Pemecutan Kelod, Kota Denpasar. Jarak tempuh dari rumah ke lokasi pengabdian kepada masyarakat sekitar 60 meter, sedangkan jarak tempuh dari Universitas Mahasaraswati Denpasar ke lokasi pengabdian masyarakat sekitar 3,5 km. Secara administrasi Banjar Tegal Langon termasuk 1 (satu) dari 15 (lima belas) Dusun / Banjar yang ada di Desa Pemecutan Kelod, dengan batas-batas banjar sebagai berikut:

- Di sebelah Utara : Banjar Tegal Agung

- Di sebelah Timur : Banjar Tegal Dukuh Anyar
- Di sebelah Selatan : Banjar Tegal Kawan
- Di sebelah Barat : Banjar Tegal Baler Griya

Di Banjar Tegal Langon tercatat adanya kasus Covid-19 sebanyak 8 orang yang terdiri dari 5 orang lansia dan 3 orang dewasa. Dengan adanya banyak kasus lansia, maka sasaran masyarakat yang akan dibantu adalah para lansia di Banjar Tegal Langon. Lansia sangat rentan terpapar dan terinfeksi Covid-19 dan menjadi yang paling besar resiko kematiannya. Imunitas tubuh yang sehat menjadi faktor utama yang dapat menyembuhkan Covid-19. Lansia yang sudah mengalami pengurangan imunitas menyebabkan mudah terserang virus Covid-19. Dalam pengabdian kepada masyarakat ini penulis terdorong untuk melakukan program kerja yang mengedukasi para Lansia tentang betapa berbahayanya virus Covid-19 dan pentingnya melakukan pengecekan kesehatan untuk mencegah terjadinya kasus Covid-19.

PERUMUSAN MASALAH

1. Kurangnya penyuluhan mengenai upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19 kepada lansia
2. Kurangnya pengecekan kesehatan terhadap lansia
3. Minimnya peringatan bagi masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan

SOLUSI YANG DIBERIKAN

1. Melakukan kegiatan penyuluhan tentang Pandemi Covid-19 terhadap lansia di Lingkungan Banjar Tegal Langon secara sederhana agar mudah dipahami.
2. Melakukan pengecekan kesehatan rutin 1 (satu) minggu sekali terhadap lansia seperti cek tensi dan gula darah
3. Menyebarkan poster-poster edukasi tentang pandemi Covid-19 di Lingkungan Banjar Tegal Langon.

METODE PELAKSANAAN

- a. Metode Observasi
Melakukan observasi ditempat pelaksanaan kegiatan guna mengetahui bagaimana situasi dan kondisi mitra sehingga dapat merumuskan program kerja pelaksanaan pendampingan
- b. Metode Sosialisasi
Melakukan penyuluhan tentang Covid-19 kepada para Lansia

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di dilaksanakan di lingkungan Banjar Tegal Langon pada tanggal 28 Juli sampai dengan tanggal 04 September 2021. Upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19 pada lansia di lingkungan Banjar Tegal Langon telah berhasil ditingkatkan dengan program kerja pengabdian kepada masyarakat, yaitu penyuluhan mengenai upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19, melaksanakan pengecekan kesehatan rutin seperti cek tensi dan gula darah, serta

penyebaran poster di lingkungan Banjar Tegal Langon. Sasaran dari program ini lansia karena memang lansia yang sangat rentan tertular dan mempunyai imunitas yang rendah dalam tubuh sehingga menyebabkan mudahnya terinfeksi Covid-19.



Gambar 1. Observasi Ke Rumah Warga Yang Terdapat Lansia

Partisipasi para kaum lansia dalam kegiatan pencegahan penyebaran Covid-19 sangat tinggi, terbukti dari tingginya antusiasme para kaum lanjut usia untuk memperhatikan kami saat memberikan edukasi dan sosialisasi. Dengan berjalannya program ini secara baik, semoga harapan hidup untuk lansia menjadi meningkat. Lansia di Banjar Tegal Langon juga dapat menerima dan memahami segala informasi yang telah diberikan dan semoga dapat menerapkannya dengan baik karena juga berpengaruh kepada masyarakat lainnya.



Gambar 2. Penyuluhan secara sederhana yang memberikan edukasi para lansia mengenai virus COVID-19

Kegiatan penyuluhan mengenai upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19 pada Lansia di lingkungan Banjar Tegal Langon dilakukan dengan mengunjungi mitra langsung ke rumah tempat tinggalnya. Penyuluhan ini dilakukan secara sederhana agar mudah dipahami oleh lansia dengan menggunakan media poster. Poster tersebut berisi tentang pengertian virus Covid-19, cara penularan virus Covid-19, dan upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19.



Gambar 3. Kegiatan cek kesehatan bagi lansia pada tanggal 17 Agustus 2021 bersama dengan Kader POSBINDU



Gambar 4. Peralatan Cek Tensi dan Gula Darah



Gambar 5. Kegiatan cek kesehatan bagi lansia pada tanggal 31 Agustus 2021 di lingkungan perumahan Banjar Tegal Langon

Kegiatan cek kesehatan terhadap lansia dilakukan bersama dengan Kader POSBINDU dari Banjar Tegal Langon. Cek kesehatan ini meliputi cek tensi dan gula darah. Tekanan darah tinggi atau yang dikenal juga dengan hipertensi adalah masalah yang umum terjadi di kalangan lansia. Menurut *Centers for Disease Control and*

Prevention (CDC), ada 64 persen pria dan 69 persen wanita antara usia 65 tahun dan 74 tahun mengalami tekanan darah tinggi.

Hipertensi sering disebut juga “*silent killer*” karena gejalanya mungkin tidak akan muncul sampai pada tahap yang sudah parah. Hal ini meningkatkan risiko *stroke* dan serangan jantung. Itulah mengapa penting sekali bagi lansia untuk memeriksakan tekanan darah mereka setidaknya setahun sekali. Tes darah untuk mengukur kadar kolesterol dan *trigliserida* juga penting dilakukan untuk mengurangi risiko serangan jantung dan *stroke*. Bila hasil tes menunjukkan kadar kolesterol atau *trigliserida* yang tinggi, dokter dapat merekomendasikan diet, perubahan gaya hidup, atau meresepkan obat-obatan untuk menguranginya.



Gambar 6. Pemasangan Poster Di Lingkungan Sekitar Banjar Tegal Langon



Gambar 7. Kegiatan Pemasangan Poster Ditemani Oleh Salah Satu Kader POSBINDU Tegal Langon

Selanjutnya upaya lain untuk pencegahan penyebaran virus Covid-19, dilakukan kegiatan penyebaran dan pemasangan poster di lingkungan sekitar Banjar Tegal Langon. Kegiatan pemasangan poster ditemani oleh salah satu Kader POSBINDU Banjar Tegal Langon. Dengan adanya poster ini diharapkan warga sekitar senantiasa dapat mematuhi protokol kesehatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di lingkungan Banjar Tegal Langon, Desa Pemecutan Klod, secara umum terlaksana dengan baik dan lancar. Kesimpulan yang dapat diperoleh dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memutus penyebaran Covid-19 di Banjar Tegal Langon khususnya dan Indonesia umumnya, edukasi/penyuluhan harus secara masif dan berkala agar dapat mencakup segala lapisan masyarakat yang ada. Dengan adanya kegiatan Pengabdian Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar yang

melakukan program edukasi/penyuluhan dan pengecekan kesehatan serta penyebaran poster di Banjar Tegal Langon, berharap dengan program ini dapat membantu pihak pemerintah dan masyarakat sasaran agar sadar akan bahaya Covid-19 yang ada saat ini.

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan program peningkatan kesadaran di kalangan lansia dalam penanggulangan pandemi Covid-19 di Banjar Tegal Langon, dengan tujuan untuk memberikan informasi secara sederhana agar mudah dipahami oleh lansia tentang pandemi Covid-19. Pemahaman yang baik tentang Covid-19 akan mendorong lansia lebih taat akan protokol kesehatan yang telah berlaku serta mengetahui bagaimana Covid-19 itu menyebar dan dapat menyebabkan kematian. Tingkat kematian dari Covid-19 ini adalah sangat besar pada lansia, sehingga pada situasi pandemi saat ini, para lansia diharapkan taat terhadap protokol kesehatan yang sudah ditetapkan oleh pemerintah.

Besar harapan penulis agar setelah kegiatan ini lansia dapat secara berkelanjutan berperilaku hidup bersih dan sehat, agar usia yang rentan ini tidak terinfeksi Covid-19. Kesadaran masyarakat akan bahaya Covid-19 juga sangat diharapkan untuk selalu menjaga kebersihan dan kesehatan, demi berkurangnya penularan infeksi Covid-19. Kebiasaan diam di rumah, rajin menjaga kebersihan dengan mencuci tangan, selalu menggunakan masker jika berpergian atau beraktivitas di luar rumah, menjaga jarak, dan tidak bersentuhan atau menghindari akan sentuhan dengan orang lain harus tetap disosialisasikan dan digaungkan.

DAFTAR PUSTAKA

Artikel Halodoc. (2020). Virus Covid-19. Diakses 1 September 2021, dari

<https://www.halodoc.com/artikel/tes-kesehatan-yang-rutin-dilakukan-lansia>

Denpasar Culture : Banjar Tegal Langon. Diakses 31 Juli 2021, dari

<https://culture.denpasarkota.go.id/banjar/detail/237/banjar-tegal-langon.html>

Kemkes Padk “Hindari Lansia dari Covid – 19”. Diakses 1 September 2021, dari

<http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2020/04/23/21/hindari-lansia-dari-covid-19.html>

Pusat Kajian Pemberdayaan Masyarakat , 2020. *Panduan Pengabdian Kepada Masyarakat Peduli Bencana Covid19*, Universitas Mahasaraswati Denpasar.

Website Resmi Kota Denpasar. Diakses 31 Juli 2021, dari

<https://denbar.denpasarkota.go.id/page/read/1788>