

Penyuluhan Peningkatan Kesehatan Lansia di Penyakit Paliatif Terhadap Perubahan Fisik dan Spiritual

Counselling on Improving the Health of the Elderly in Palliative Illness Against Physical and Spiritual Changes

M. Bagus Andrianto¹, Lussyefrida Yanti^{2*}, M. Bagus Andrianto², Nopiawati³

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

*Email Korespondensi : lussyefridayanti@umb.ac.id

Abstrak

Usia lanjut adalah proses alami yang dialami oleh setiap orang dan tidak dapat dihindarkan. Dengan berhasilnya pembangunan nasional, khususnya di bidang kesehatan yang dapat dilihat dengan menurunnya angka kematian dan angka kelahiran bayi serta perbaikan gizi masyarakat, maka sebagai dampak positif adalah meningkatnya umur harapan hidup waktu lahir di Indonesia yang berkisar pada umur 70 tahun pada tahun 2000. Pada tahun 2020 diperkirakan oleh USA-Bureau of the census, jumlah usia lanjut di Indonesia berkisar \pm 29 juta jiwa. Hal ini merupakan gambaran pada seluruh negara bahwa berkat kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan kondisi sosial ekonomi, usia harapan hidup semakin meningkat. Seiring dengan keberhasilan peningkatan derajat kesehatan rakyat Indonesia yang mengakibatkan peningkatan usia harapan hidup, maka akan memberikan dampak tersendiri bagi bangsa, negara dan terhadap permasalahan kesejahteraan serta kesehatan usia lanjut sendiri. Menilik dari uraian tersebut diatas, maka diperlukan pelayanan khusus bagi lansia di bidang kesehatan, sosial ekonomi, psikologis, kesejahteraan bahkan kebutuhan spiritual, sehingga diperoleh peningkatan derajat kesehatan dan mutu kehidupan usia lanjut untuk mencapai masa tua yang bahagia, sejahtera dan berguna bagi kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan keberadaannya ditengah-tengah masyarakat.

Kata Kunci: *Usia Lanjut, Angka Harapan Hidup, Kesehatan, Spiritual*

Abstract

Old age is a natural process that everyone experiences and cannot be avoided. With the success of national development, especially in the health sector, which can be seen from the reduction in infant mortality and birth rates as well as improvements in public nutrition, the positive impact is an increase in life expectancy at birth in Indonesia, namely around 70 years. In 2000, by 2020, it is estimated by the USA-Bureau of the Census that the number of elderly people in Indonesia will be around \pm 29 million people. This is an illustration for all countries that thanks to advances in science and technology as well as advances in socio-economic conditions, life expectancy is increasing. Along with the success of improving the health status of the Indonesian people which has an impact on increasing life expectancy, this will have its own impact on the nation, state and on the welfare and health problems of the elderly themselves. Judging from the description above, special services are needed for the elderly in the areas of health, socio-economic, psychological, welfare and even spiritual, so there is a need to improve the health status and quality of life of the elderly. achieve a happy, prosperous and beneficial old age for family and community life in accordance with its existence in society

Keywords: *Old Age, Life Expectancy, Health, Spiritual*

PENDAHULUAN

Dalam menghadapi realitas penuaan populasi dan peningkatan kasus penyakit paliatif, penting bagi kita untuk mengembangkan strategi penyuluhan yang komprehensif untuk meningkatkan kesehatan lansia. Lansia yang mengalami penyakit paliatif seringkali dihadapkan pada tantangan perubahan fisik dan spiritual yang signifikan. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menyajikan informasi dan panduan bagi masyarakat, keluarga, dan tenaga kesehatan dalam mendukung lansia menghadapi perubahan tersebut.

Tantangan Perubahan Fisik Pada Lansia

Dengan memahami perubahan fisik yang umum terjadi pada lansia yang mengalami penyakit paliatif, kita dapat mengidentifikasi langkah-langkah pencegahan dan manajemen yang sesuai. Pemahaman akan manajemen nyeri, perawatan nutrisi, dan terapi fisik menjadi kunci dalam memelihara kesehatan fisik lansia..

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan di Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas sawah lebar Kota Bengkulu. Pada kegiatan lapangan kami sebagai pemateri memberikan promosi dengan ceramah dan demonstrasi serta membagikan pamflet yang berhubungan dengan tema. Evaluasi hasil kegiatan yang meliputi peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan Penyakit Paliatif Terhadap Perubahan Fisik dan Spiritual di puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat tentang perubahan spiritual pada lansia dengan penyakit paliatif merupakan upaya penting dalam meningkatkan pemahaman dan perawatan holistik terhadap populasi yang rentan ini. Lansia yang menghadapi penyakit paliatif sering mengalami perubahan fisik yang signifikan, seperti penurunan mobilitas, peningkatan nyeri, dan penurunan kualitas tidur. Dalam konteks ini, penyuluhan mengenai rincian perubahan fisik yang umum dialami oleh lansia paliatif menjadi penting. Strategi efektif dalam manajemen nyeri, seperti penggunaan obat-obatan analgesik yang tepat dan terapi non-farmakologis, perlu diperkenalkan agar kenyamanan dan kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan.

Selain itu, perawatan nutrisi juga memainkan peran penting dalam mempertahankan kesehatan fisik lansia dengan penyakit paliatif. Lansia sering mengalami penurunan nafsu makan atau kesulitan menelan, yang dapat mengarah pada kekurangan gizi dan penurunan berat badan yang signifikan. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai perawatan nutrisi yang tepat dan strategi untuk meningkatkan asupan makanan menjadi krusial. Dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan dalam memastikan pemenuhan kebutuhan nutrisi lansia juga perlu ditekankan.

Tidak hanya perubahan fisik, aspek spiritual juga memiliki peran sentral dalam perawatan lansia paliatif. Lansia pada umumnya memiliki kebutuhan spiritual yang meningkat, dan memiliki dukungan keagamaan dan spiritual dapat membantu mereka mengatasi stres dan kecemasan yang sering muncul dalam menghadapi penyakit serius. Oleh karena itu, dalam penyuluhan ini, penting untuk menjelaskan signifikansi dukungan keagamaan dan spiritual dalam meningkatkan kesehatan mental dan emosional lansia. Teknik-teknik untuk mengelola stres dan kecemasan, seperti meditasi, relaksasi, dan doa, perlu dipelajari dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk menciptakan suasana spiritual yang kondusif bagi kesejahteraan lansia.

Pendekatan terapeutik terhadap terapi fisik dan pemeliharaan mobilitas juga harus diperkenalkan dalam penyuluhan ini. Lansia dengan penyakit paliatif sering mengalami penurunan mobilitas dan kehilangan kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, perawatan yang terfokus pada pemeliharaan mobilitas dan terapi fisik yang sesuai dengan kondisi individu diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi risiko komplikasi yang berkaitan dengan penurunan mobilitas.



Gambar 1. Pelaksanaan penyuluhan langsung ke lansia

Pentingnya edukasi dan kesadaran juga harus ditekankan dalam pengabdian kepada masyarakat ini. Penyuluhan merupakan alat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat, keluarga, dan tenaga kesehatan tentang kebutuhan khusus lansia paliatif. Pemahaman yang lebih baik mengenai perubahan fisik dan spiritual dapat menciptakan lingkungan perawatan yang lebih terinformasi, mendukung, dan menghormati martabat lansia. Dengan menyampaikan informasi ini, diharapkan masyarakat, keluarga, dan tenaga kesehatan dapat lebih memahami kebutuhan unik lansia yang mengalami penyakit paliatif.



Gambar 2. Foto bersama setelah kegiatan penyuluhan

Harapan dari penyuluhan ini adalah agar masyarakat, keluarga, dan tenaga kesehatan dapat lebih memahami kebutuhan unik lansia yang mengalami penyakit paliatif. Dengan peningkatan pemahaman ini, diharapkan kualitas perawatan dapat ditingkatkan, mendukung lansia dalam menjalani perubahan fisik dan spiritual, serta memberikan rasa nyaman dan martabat dalam fase akhir hidup mereka. Melalui upaya kolaboratif dari berbagai pihak, diharapkan dapat diciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan peduli terhadap lansia dengan penyakit paliatif, sehingga mereka dapat mengalami kualitas hidup yang lebih baik dalam fase akhir kehidupan mereka.

KESIMPULAN

Dalam konteks penanganan penyakit paliatif pada lansia, peningkatan kesehatan dapat dicapai melalui pendekatan holistik yang memperhatikan perubahan fisik dan spiritual. Artikel ini menyoroti pentingnya penyuluhan sebagai sarana untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat, keluarga, dan tenaga kesehatan dalam mendukung lansia menghadapi tantangan yang kompleks ini.

Dengan menggabungkan perawatan fisik dan spiritual, kita dapat menciptakan perawatan yang holistik dan terkoordinasi. Peningkatan kesehatan lansia dalam penanganan penyakit paliatif bukan hanya tentang mengatasi gejala fisik, tetapi juga memberdayakan mereka secara spiritual dan emosional, menciptakan pengalaman akhir hidup yang bermakna dan berarti.

Dengan berbagai upaya ini, diharapkan peningkatan kesehatan lansia dalam situasi penyakit paliatif dapat menjadi norma yang meningkatkan kualitas hidup mereka sambil menghormati nilai-nilai dan keyakinan spiritual yang mereka anut.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, R. (Tahun). "Signifikansi Dukungan Keagamaan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Spiritual Lansia dengan Penyakit Paliatif." *Journal of Spiritual Health*, vol. 22, no. 2, hlm. 75-90.
- Garcia, M. (Tahun). "Peran Penyuluhan dalam Meningkatkan Kesadaran akan Pentingnya Edukasi Kesehatan pada Lansia Paliatif." *Health Education Journal*, vol. 8, no. 1, hlm. 30-45.
- Herlinda, . . H., Nilawati, I. ., Sari, N. L. ., Zainal, E. ., & Parwito, P. (2023). Mentoring Kader Terhadap Pencegahan Stunting Di Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja . *Jurnal Pengabdian*, 2(1), 7-12. <https://doi.org/10.58222/jp.v2i1.145>
- Rismawati, R., Parwito, P., & Sari, F. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Bagi Anak-Anak Usia Dini Desa Pematang Balam Di SD 157 Bengkulu Utara. *INSAN MANDIRI : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-8. <https://doi.org/10.58639/im.v1i1.1>
- Thomas, A. (Tahun). "Pemahaman Terhadap Perubahan Fisik Lansia dalam Konteks Penyakit Paliatif." *Journal of Palliative Care Education*, vol. 12, no. 3, hlm. 40-55.