

SKRINING KESEHATAN SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI PENYAKIT KRONIS PADA LANSIA DI POSYANDU ANYELIR 2 KECAMATAN NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN

Suharmanto^{1*}, Exsa Hadibrata¹, Risal Wintoko¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

ABSTRAK

Skrining kesehatan lansia adalah serangkaian pemeriksaan untuk deteksi dini penyakit dan gangguan pada lanjut usia, seperti tekanan darah, gula darah, kolesterol, indeks massa tubuh, serta fungsi indra (pendengaran, penglihatan), kondisi mental, dan mobilitas. Tujuannya adalah meningkatkan kualitas hidup, mengurangi risiko penyakit serius, dan memungkinkan intervensi serta penanganan yang tepat waktu. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mendeteksi dini penyakit kronis melalui pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Sasaran dalam kegiatan ini adalah lansia di Posyandu Anyelir 2 Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan sebanyak 20 orang. Metode yang digunakan pada kegiatan ini mencakup pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan dengan menggunakan tensimeter digital, pemeriksaan gula darah dilakukan dengan alat glukometer, pemeriksaan berat badan dilakukan dengan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer atau meteran di dinding. Skrining kesehatan terbukti efektif untuk mendeteksi dan mencegah komplikasi akibat penyakit kronis pada lansia di Posyandu Anyelir 2 Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

Kata kunci: deteksi dini, lansia, penyakit kronis, skrining kesehatan.

*Korespondensi:

Suharmanto
Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung
+62-896-3283-2380 | Email: suharmanto@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Lansia umumnya dimulai dari usia 60 tahun ke atas, yang ditandai dengan penurunan kemampuan fisik dan fisiologis, namun masih dapat tetap aktif atau bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.¹ Masalah kesehatan lansia meliputi penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi, gangguan degeneratif seperti osteoporosis, demensia, dan stroke, serta masalah fungsional seperti penurunan pendengaran, penglihatan (katarak), dan risiko jatuh.² Masalah lain yang umum adalah gangguan tidur, inkontinensia, gangguan gizi, dan menurunnya fungsi sistem kekebalan tubuh.³

Prevalensi masalah kesehatan pada lansia sangat tinggi, dengan hampir semua lansia memiliki setidaknya satu kondisi kronis seperti hipertensi, arthritis, atau diabetes.⁴ Masalah umum lainnya termasuk gangguan pendengaran dan penglihatan, nyeri punggung, penyakit jantung, diabetes, demensia, dan peningkatan risiko jatuh.⁵ Angka-angka ini cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, dan masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi juga lebih umum terjadi pada lansia, terutama perempuan. Hipertensi diderita lansia sebesar 59% lansia, arthritis diderita oleh 44% lansia, diabetes diderita 20% lansia. Kondisi lain yang terjadi adalah penyakit jantung, stroke, kolesterol tinggi, dan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK).⁶

Deteksi dini penyakit kronis dapat dilakukan dengan skrining kesehatan lansia yaitu serangkaian pemeriksaan untuk deteksi dini penyakit dan gangguan pada lanjut usia, seperti tekanan darah, gula darah, kolesterol, indeks massa tubuh, serta fungsi indra (pendengaran, penglihatan), kondisi mental, dan mobilitas. Tujuannya adalah meningkatkan kualitas hidup, mengurangi risiko penyakit serius, dan memungkinkan intervensi serta penanganan yang tepat waktu.⁷ Skrining kesehatan lansia dilakukan melalui pemeriksaan fisik sederhana, seperti pengukuran tinggi dan berat badan, tekanan darah, gula darah, dan kolesterol. Selain itu, juga mencakup skrining fungsi kognitif (memori dan orientasi) melalui tes sederhana, skrining penglihatan dan pendengaran, serta tes kondisi emosional dan kemandirian.⁸

Skrining kesehatan juga dilakukan untuk mencegah komplikasi akibat penyakit kronis. Kondisi komplikasi penyakit kronis adalah masalah kesehatan jangka panjang yang dapat berkembang jika penyakit seperti diabetes atau hipertensi tidak ditangani dengan baik, dan bisa meliputi kerusakan organ (jantung, ginjal, mata), stroke, serangan jantung, serta gangguan saraf. Beberapa komplikasi umum seperti penyakit jantung, gagal ginjal, retinopati diabetes, neuropati, dan penyakit arteri perifer.⁹ Selain itu, manfaat skrining kesehatan adalah peningkatan kesadaran kesehatan. Skrining memungkinkan identifikasi potensi masalah kesehatan sedini mungkin, seperti faktor risiko diabetes dan hipertensi, sehingga tindakan pencegahan atau pengobatan bisa dilakukan lebih awal, bahkan sebelum gejala muncul. Hal ini juga membantu pemantauan status kesehatan dan memberikan edukasi tentang gaya hidup sehat.¹⁰

Sebuah studi mendapatkan bagaimana skrining kesehatan mempengaruhi perilaku kesehatan seperti kebiasaan merokok, pola makan, olahraga, konsumsi alkohol, dan kepatuhan terhadap pedoman hidup sehat. Hasilnya menunjukkan bahwa skrining untuk faktor risiko, seperti risiko penyakit jantung, memiliki pengaruh positif terhadap perilaku kesehatan, di mana individu yang telah menjalani skrining cenderung menunjukkan kebiasaan yang lebih sehat.¹¹

Dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa skrining kesehatan berperan penting dalam membantu masyarakat mengenali faktor risiko penyakit lebih dini dan mendorong perubahan positif dalam perilaku kesehatan mereka. Skrining tidak hanya penting untuk deteksi penyakit, tetapi juga untuk meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku yang mendukung hidup lebih sehat.¹² Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mendeteksi dini penyakit kronis melalui pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan.

METODE

Sasaran dalam kegiatan ini adalah lansia di Posyandu Anyelir 2 Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan sebanyak 20 orang. Metode yang digunakan pada kegiatan ini mencakup pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan dengan menggunakan tensimeter digital, pemeriksaan gula darah dilakukan dengan alat glukometer, pemeriksaan berat badan dilakukan dengan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer atau meteran di dinding.

Pemeriksaan tekanan darah dengan tensimeter digital, pasang manset di lengan atas sekitar 2-3 cm di atas siku, duduk tegak dengan kaki menapak lantai, letakkan lengan di atas meja sejajar jantung, lalu nyalakan alat dan tunggu hingga pengukuran selesai. Setelah manset mengempis, catat hasilnya yang tertera di layar (sistolik dan diastolik) dan denyut jantung. Pemeriksaan kadar gula darah menggunakan glukometer, diawali dengan mencuci dan

keringkan tangan, siapkan alat (glukometer, strip tes, lanset), masukkan strip, lalu tusuk jari dengan lanset. Teteskan satu tetes darah ke strip tes, tunggu hasilnya muncul di layar, lalu catat dan buang lancet serta strip dengan aman.

Penimbangan berat badan dengan timbangan digital, pertama letakkan timbangan di permukaan yang datar, keras, dan kokoh seperti lantai keramik atau kayu. Kemudian, nyalakan timbangan dan tunggu hingga layarnya menunjukkan angka nol (0). Setelah itu, injak timbangan dengan kedua kaki rata dan berdiri diam tanpa bergerak atau menyentuh benda lain hingga timbangan selesai mengukur. Untuk mengukur tinggi badan dengan stadiometer, pastikan seseorang berdiri tegak, bertelanjang kaki, dan semua bagian tubuh belakang (tumit, bokong, punggung, dan kepala) menempel pada tiang stadiometer. Lepaskan alas kaki, luruskan pandangan ke depan, lalu turunkan penggeser (slider) hingga menyentuh puncak kepala dan catat hasilnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 15 Oktober 2025 pukul 08.00 – 12.00. Kegiatan pengabdian diikuti oleh lansia di Posyandu Anyelir 2 Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan sebanyak 20 orang. Kegiatan pengabdian ini mencakup pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan.



Gambar 1: Peserta Kegiatan (a) dan skrining kesehatan (b).

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan dengan duduk tenang, dan sandarkan punggung serta kaki rata di lantai, sementara lengan diletakkan setinggi jantung. Setelah itu, pasang manset alat pengukur tekanan darah di lengan atas, lalu pompa untuk menghambat aliran darah sebelum melepasnya secara perlahan untuk mendapatkan pembacaan tekanan sistolik dan diastolik. Pemeriksaan gula darah dilakukan dengan alat glukometer, sebelumnya cuci tangan lalu tusuk ujung jari dengan lancet, teteskan darah pada strip tes, dan baca hasilnya di alat ukur.

Pemeriksaan berat badan dilakukan dengan meletakkan timbangan di permukaan datar, kenakan pakaian seminimal mungkin atau tanpa busana, dan berdiri tegak dengan berat badan merata di kedua kaki. Pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer atau meteran di dinding dengan berdiri tegak, tanpa alas kaki, dengan tumit, bokong, punggung, dan kepala menempel pada permukaan vertikal. Alat pengukur kemudian diturunkan atau tanda dibuat di dinding tepat di atas kepala, lalu jarak diukur dan dicatat dengan teliti.

Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup hasil pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang mendapatkan bahwa skrining kesehatan dapat meningkatkan deteksi dini penyakit kronis, dan mencegah komplikasi akibat penyakit kronis. Pengabdian kepada masyarakat (PkM) yang

berfokus pada skrining kesehatan meliputi pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan ini dapat mencegah dan menurunkan kejadian komplikasi akibat penyakit kronis.¹³ Manfaat skrining kesehatan adalah deteksi dini penyakit, pencegahan komplikasi, dan peningkatan kesadaran kesehatan. Skrining memungkinkan identifikasi potensi masalah kesehatan sedini mungkin, seperti faktor risiko diabetes dan hipertensi, sehingga tindakan pencegahan atau pengobatan bisa dilakukan lebih awal, bahkan sebelum gejala muncul. Hal ini juga membantu pemantauan status kesehatan dan memberikan edukasi tentang gaya hidup sehat.¹⁴ PkM ini melibatkan peran penting dari keluarga lansia dalam mengawasi penerapan gaya hidup sehat yang berdampak pada tekanan darah dan kadar gula darah. Edukasi untuk penerapan gaya hidup sehat dapat memberikan manfaat penting untuk membangun kesadaran dan perilaku yang positif bagi lansia. Sehingga diharapkan dengan penerapan gaya hidup sehat dapat mencegah peningkatan tekanan darah, peningkatan kadar gula darah dan menjaga berat badan ideal.¹⁵

Skrining kesehatan mencegah penyakit kronis dengan mengidentifikasi potensi risiko sejak dini melalui tes dan pemeriksaan, sehingga intervensi pencegahan dapat dilakukan sebelum penyakit berkembang. Melalui skrining, penyakit seperti diabetes, hipertensi, penyakit ginjal, dan jantung koroner dapat dideteksi lebih awal melalui berbagai tes seperti tes gula darah, pemeriksaan tekanan darah, dan kolesterol.^{16,17} Skrining kesehatan meningkatkan kualitas hidup dengan cara mendeteksi dini potensi penyakit seperti diabetes, hipertensi, dan kanker, sehingga penanganan bisa lebih cepat dan efektif. Deteksi dini ini membantu mencegah komplikasi serius, mengurangi biaya pengobatan jangka panjang, meminimalkan waktu yang terbuang karena sakit, dan memberikan rasa tenang karena mengetahui kondisi tubuh secara berkala.¹⁸

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini mencakup hasil pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, tinggi badan dan berat badan. Skrining kesehatan meningkatkan kualitas hidup dengan cara mendeteksi dini potensi penyakit seperti diabetes, hipertensi, dan kanker, sehingga penanganan bisa lebih cepat dan efektif. Deteksi dini ini membantu mencegah komplikasi serius, mengurangi biaya pengobatan jangka panjang, meminimalkan waktu yang terbuang karena sakit, dan memberikan rasa tenang karena mengetahui kondisi tubuh secara berkala. Skrining kesehatan terbukti efektif untuk mendeteksi dan mencegah komplikasi akibat penyakit kronis pada lansia di Posyandu Anyelir 2 Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mujiastuti R, Rita E, Ambo SN, Herlina L, Susilowati E, Sugiartowo S. Edukasi skrining gizi lansia untuk kader posyandu lansia rw 011 kelurahan penggilingan. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2021;2(2).
2. Sudaryanto WT, Herawati I, Wahyuni W, Ayuningrum IY, Murti B, Setiawan R, et al. Skrining kesehatan pada lansia di Surakarta. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*. 2023;10(1).
3. Hidayani WR, Yanuar I, Amalia L, N N. Penyuluhan pentingnya pencegahan hipertensi melalui pembuatan jamu instan dan pembuatan. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*. 2020;1(02).
4. Syamsiah S, Suralaga C, Sasabone R, Agusman A, Nasution BAR. Penyuluhan kesehatan penyakit diabetes dan pemeriksaan kadar gula darah majelis taklim atthoyyiban kemuning.

- Jurnal Peduli Masyarakat. 2023;5(1).
5. Wardani SI, Yudhawati NLuPS, Dewi NLMA. Skrining aktifitas fisik terhadap kadar glukosa darah pada lansia dipanti sosial tresna werda wana sraya denpasar bali. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA). 2022;4(3).
6. Abdurrachim R, Hariyawti I, Suryani N. Asupan natrium, frekuensi dan durasi aktivitas fisik berdampak terhadap tekanan darah lansia di Pantisosal Kota Banjarbaru. Jurnal Riset Pangan dan Gizi. 2018;1(1).
7. Syafriati A, Wiryansyah OA. Penyuluhan kesehatan hipertensi dengan media booklet pada lansia di wilayah binaan kelurahan talang jambe. Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat. 2022;3(2).
8. Hernawati E, Nurhaliza H, Nurhali AF, Yusuf AN, Rahayu R, Nurlela E. Sosialisasi penanganan dan pencegahan hipertensi serta diabetes untuk mewujudkan lansia berkualitas. Easta Journal of Innovative Community Services. 2024;2(02).
9. Agustin H, Sari RP, Syalsabilla MA. Pemeriksaan tekanan darah dan komunikasi, informasi, edukasi pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi di Srimulyo dan Tirtonirmolo-Bantul. Dharma Bakti. 2022;
10. Pangestika VR, Handayani MS, Dani N, Hutapea RL. Edukasi kesehatan dan senam sehat guna pencegahan hipertensi pada masyarakat. PUNDIMAS: Publikasi Kegiatan Abdimas. 2022;1(1).
11. Fransiska M, Sriwandi N. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes mellitus tipe ii pada lansia di wilayah kerja puskesmas mandiingin kota bukittinggi tahun 2015. Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi. 2020;6(1).
12. Ainiyah, Wijayanti. Relationship attitude of hypertension with the frequency of recurrence hypertension in the hypertension patient in rw 06 karah kecamatan jambangan surabaya. Jurnal Ilmiah Keperawatan. 2019;5(1).
13. Prihananto DI, Wijayanti ET, Risnasari N, Mudzakkir M, Wati SE, Aisyah SD, et al. Skrining kesehatan dan pelatihan senam ergonomis untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di Desa Sukorejo Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. Journal of Community Engagement in Health. 2022;5(2).
14. Aini NDN, Hasana AR, Rahayu RP. Pemberdayaan kader kesehatan terkait penggunaan formulir skrining gizi lansia di dusun sukosari kecamatan poncokusumo kabupaten malang. SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan. 2022;6(3).
15. Konny L, Anhari Achadi, Hosea Hariono. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemeriksaan skrining kesehatan rutin : literature review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI). 2023;6(8).
16. Shabariah R, Tias TAW, Wahyuni T, Nurfadhilah N, Ibrahim I, Dhamir EAR. Program skrining kesehatan awal sebagai upaya meningkatkan status kesehatan guru dan murid di pondok pesantren al-fathonah. Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan. 2023;1(1).
17. Juwita NE, Santoso D. Urgensi pelaksanaan skrining riwayat kesehatan peserta jkn-kis dengan pendekatan stakeholder engagement. Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional (JJKN). 2022;2(2).
18. Afrilia E, Lestari M, Musa SM. Skrining kesehatan (hipertensi, diabetes meilitus, kolestrol dan asam urat) pada usia lanjut di Kecamatan Neglasari Kota Tangerang. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini. 2023;2(1).