

OPTIMALISASI PERAN KADER KESEHATAN TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT RHEUMATOID ARTRITIS PADA LANSIA

Rea Ariyanti¹⁾, Arief Setyoargo¹⁾

¹⁾Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan, STIKes Panti Waluya Malang, Malang, Jawa Timur

Corresponding author : Rea Ariyanti
E-mail : ariantirea@gmail.com

Diterima 24 Maret 2021, Disetujui 02 April 2021

ABSTRAK

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Terjadinya penurunan perkembangan fisik pada lansia menyebabkan lansia berisiko mengalami penyakit degeneratif dibandingkan usia muda. Salah satu penyakit degeneratif yang dapat menyerang lansia adalah *Reumatoid Arthritis*. *Reumatoid Arthritis* merupakan penyakit degeneratif pada persendian yang dapat menyebabkan nyeri dan kekakuan. *Reumatoid Arthritis* sampai dengan saat ini masih merupakan masalah kesehatan utama di dunia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa *Reumatoid Arthritis* merupakan salah satu penyebab utama kegagalan fungsi yang mengurangi kualitas hidup manusia di dunia seperti terhambatnya ruang gerak penderita, terjadi penurunan kemampuan kerja, mampu menyebabkan nyeri hebat dan cacat pada penderita, sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Akibatnya, sebanyak 80% penderita akan mengalami keterbatasan dalam bergerak dan, sisanya bahkan tidak dapat melakukan kegiatan sehari-hari. Selain itu, Pandemi COVID-19 yang sedang melanda Indonesia juga turut memberikan dampak bagi suatu desa di berbagai daerah. Covid 19 bukan hanya merupakan suatu wabah biasa, melainkan suatu pandemi. Salah satu dampak yang cukup dirasakan oleh masyarakat dengan adanya pandemi covid 19 ini adalah terhambatnya akses warga untuk mendapatkan layanan fasilitas kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman warga terkait upaya pencegahan penyakit *Rematoid Arthritis* khususnya pada lansia. Kegiatan dilakukan dalam bentuk diskusi secara *online* maupun *offline* melalui grup *whatsapp* dan pertemuan terbatas dengan kader kesehatan. Dari kegiatan ini masyarakat dan kader kesehatan telah memperoleh pemahaman mengenai upaya pencegahan *Rheumatoid Arthritis*, khususnya pada lansia.

Kata kunci: degeneratif; lansia; pencegahan; *reumatoid arthritis*

ABSTRACT

An Elderly or elderly is a person who reaches the age of 60 years and above. The decrease in physical development in the elderly puts the elderly at risk of degenerative diseases compared to young age. One of the degenerative diseases that can attack the elderly is Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis is a degenerative disease of the joints that can cause pain and stiffness. Rheumatoid Arthritis is still a major health problem in the world. The World Health Organization (WHO) states that Rheumatoid Arthritis is one of the main causes of malfunctions that reduce the quality of human life in the world such as inhibition of the movement space of sufferers, decreased workability, able to cause severe pain and disability in sufferers, so as to interfere with daily activities. As a result, as many as 80% of sufferers will experience limitations in moving and, the rest will not even be able to do daily activities. In addition, the COVID-19 pandemic that is sweeping Indonesia also has an impact on villages in various regions. Covid 19 is not only an ordinary outbreak but a pandemic. One of the impacts that are felt by the community with the covid 19 pandemics is the hampering of people's access to health facilities. This community service activity aims to improve the understanding of citizens related to efforts to prevent Rheumatoid Arthritis disease, especially in the elderly. Activities are conducted in the form of discussions online and offline through WhatsApp groups and limited meetings with health cadres. From this activity, the community and health cadres have gained an understanding of rheumatoid arthritis prevention efforts, especially in the elderly.

Keywords: degenerative; elderly; prevention; rheumatoid arthritis

PENDAHULUAN

Lansia atau lanjut usia adalah

seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Proses menua merupakan proses dimana terjadinya penurunan fungsi organ dan penurunan perkembangan fisik yang tidak dapat dihindari. Jumlah lansia dari tahun ke tahun terus bertambah seiring dengan meningkatnya jumlah harapan hidup. Proporsi lanjut usia di dunia menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Saat ini jumlah penduduk lansia di dunia diperkirakan mencapai 500 juta dan pada tahun 2025 diprediksi akan mencapai 1,2 miliar. Sementara itu peningkatan jumlah lansia juga terjadi di Asia dari 2,3% menjadi 7,8% (Meiner, 2011). Menteri Kesehatan pada tahun 2014, mencatat jumlah lansia di Indonesia berjumlah 18.781 juta jiwa dan pada tahun 2015 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa. Indonesia merupakan negara ke-4 terbesar di dunia yang memiliki jumlah usia lanjut setelah China dan India. Data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional tahun 2016 menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia mencapai 22,4 juta jiwa atau 8,69% dari jumlah penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Reumatoid Arthritis adalah penyakit rematik yang paling sering mengenai lansia akibat gangguan metabolisme yang diikuti oleh beberapa perubahan pada sistem muskuloskeletal pada lansia. *Reumatoid Arthritis* merupakan penyakit degeneratif pada persendian yang melibatkan kartilago, lapisan sendi, ligamen, dan tulang sehingga dapat menyebabkan nyeri dan kekakuan pada sendi (Center for Disease Control and Prevention, 2014). Penyakit *Reumatoid Arthritis* hampir 70% dialami oleh mereka yang berusia diatas 50 tahun ditandai dengan adanya kerusakan struktur dalam persendian. Penyakit ini sebagian besar berlokasi di tangan, pergelangan tangan, serta sendi-sendi yang menahan beban tubuh seperti lutut, pinggul, dan punggung dikarenakan proses penekanan yang terus menerus selama bertahun-tahun (Kemenkes P2PTM, 2016).

Reumatoid Arthritis sampai dengan saat ini masih merupakan masalah kesehatan utama di dunia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa *Reumatoid Arthritis* merupakan salah satu penyebab utama kegagalan fungsi yang mengurangi kualitas hidup manusia di dunia seperti terhambatnya ruang gerak penderita, terjadi penurunan kemampuan kerja, mampu menyebabkan nyeri hebat dan cacat pada penderita, sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Akibatnya, sebanyak 80% penderita akan mengalami keterbatasan dalam bergerak dan, sisanya bahkan tidak dapat melakukan kegiatan sehari-hari (WHO, 2016). Prevalensi *Reumatoid Arthritis* di Asia

diperkirakan akan meningkat sebanyak dua kali lipat dari 6,8% pada tahun 2008, menjadi 16,2% pada tahun 2040. Kementerian Kesehatan RI (2012), memetakan jumlah penderita *Reumatoid Arthritis*, hasilnya sekitar lebih dari 11,5% orang Indonesia menderita *Reumatoid Arthritis*. Artinya pada setiap 10 penduduk Indonesia terdapat 1 orang penderita *Reumatoid Arthritis* (Prieharti dan Mumpuni, 2017). Di Indonesia, angka *Reumatoid Arthritis* masih cukup tinggi yaitu mencapai 36,5 juta orang, dimana prevalensi terbesar terjadi pada usia lebih dari 75 tahun yaitu sebesar 58,8%, diikuti usia 65-74 tahun sebesar 51,9%, usia 55-64 tahun sebesar 45,0%, dan usia 45-54 tahun sebesar 37,2%. Sedangkan berdasarkan data dari RISKESDAS (2013) diketahui bahwa angka kejadian *Reumatoid Arthritis* di Indonesia banyak terjadi pada perempuan yaitu 27,5% dan laki-laki yaitu 21,8% (Kemenkes RI, 2014).

Penyebab pasti dari penyakit *Rematoid Arthritis* ini belum bisa dipastikan, namun beberapa faktor risiko seperti penuaan dan berat badan berlebih merupakan dua faktor yang dominan (Rahmawati dan Sirojuddin, 2012). Penyakit *Rematoid Arthritis* ini bersifat multifaktorial yang disebabkan oleh berbagai faktor risiko seperti lanjut usia, obesitas, trauma pada sendi, kelainan genetik pada tulang rawan sendi dan tekanan berlebih pada sendi yang disebabkan oleh olahraga (Tika dan Aryana, 2018). Gejala utama yang paling umum dirasakan penderita *Rematoid Arthritis* adalah nyeri dan kekakuan pada sendi. Nyeri sendi dapat terjadi ketika aktifitas terlalu berlebihan. Kekakuan pada sendi dikarenakan tidak adanya pergerakan atau aktifitas pada persendian, umumnya timbul di pagi hari ketika baru bangun tidur atau setelah beristirahat di siang hari. Sendi juga dapat mengalami kemerahan, hangat disertai dengan nyeri tekan kemudian terdapat rasa kaku, imobilitas dan deformitas. Apabila terjadinya pembentukan osteofit pada sendi tangan atau sendi kaki bisa menyebabkan pembengkakan atau deformitas sendi yang dapat membatasi ruang gerak penderita, dapat mengganggu dan mempengaruhi pada kesejahteraan fisik. Selain itu, *Rematoid Arthritis* dapat memiliki dampak mendalam pada setiap aspek kehidupan seseorang dan dapat menyebabkan kecacatan jika tidak diobati dengan benar (Ignatavicius dan Workman, 2015).

Selain itu, Pandemi COVID-19 yang sedang melanda Indonesia juga turut memberikan dampak bagi suatu desa di berbagai daerah. Covid 19 bukan hanya merupakan suatu wabah biasa, melainkan

suatu pandemi. WHO (*World Health Organization*) sebagai organisasi kesehatan dunia mengemukakan untuk menghentikan penyebaran pandemi covid 19 harus ada titik dimana kita bisa melakukan *lockdown* atau tidak, akan tetapi hal ini masih bersifat *debatable*, yaitu menimbulkan pro dan kontra. Melihat angka-angka yang kian hari terus mengalami peningkatan, tentu akan menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran, khususnya bagi masyarakat Indonesia. Adanya kebijakan dari pemerintah juga turut memberikan dampak bagi masyarakat, bukan hanya dari aspek ekonomi, melainkan juga dari aspek kesehatan. Salah satu dampak yang cukup dirasakan oleh masyarakat dengan adanya pandemi covid 19 ini adalah terhambatnya akses warga untuk mendapatkan layanan fasilitas kesehatan.

Berdasarkan fakta di atas, pengabdian bergerak untuk melakukan kajian pengabdian kepada masyarakat. Dengan meningkatnya pemahaman warga terkait upaya pencegahan penyakit *Rematoid Arthritis* khususnya pada lansia, diharapkan warga dapat melakukan upaya pencegahan penyakit *Rematoid Arthritis*, khususnya pada lansia. Setelah dilakukan pengkajian bersama, maka masalah konkret yang muncul pada mitra antara lain: Masih kurangnya pemahaman warga terkait penyakit *Rematoid Arthritis* dan masih kurangnya pemahaman warga dalam upaya pencegahan penyakit *Rematoid Arthritis* khususnya pada lansia di Desa Karang Anyar, Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan Utara.

METODE

Program pengabdian pada masyarakat ini dilakukan di Desa Karang Anyar, Kecamatan Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan Utara pada Bulan Januari – Februari 2021. Khalayak sasaran yaitu para kader kesehatan dan masyarakat di Desa Karang Anyar dengan jumlah 35 orang. Metode dilakukan berupa penyuluhan dan diskusi interaktif yang dilakukan secara daring dan luring. Secara luring dilaksanakan di salah satu rumah kader kesehatan, dan secara daring dilakukan melalui grup *Whatsapp*. Materi yang disampaikan adalah bagaimana upaya pencegahan penyakit *Reumatoid Arthritis* Pada lansia.

Sebelum melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini, pengabdian melakukan pertemuan terbatas dengan para kader kesehatan untuk menentukan metode dan waktu pengabdian pada masyarakat. Dari hasil pertemuan dengan kader kesehatan disepakati kegiatan pada masyarakat ini

dilakukan sebanyak 2 kali dalam pemberian materi. Evaluasi kegiatan dilakukan di akhir kegiatan, melalui *google form* guna mengetahui tingkat pemahaman peserta kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan pada masyarakat dilaksanakan di Desa Karang Anyar, Kecamatan Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan Utara ini mendapatkan respon yang positif dari Para kader kesehatan dan warga di Desa tersebut. Sasaran utama program ini adalah kader kesehatan dan Warga di Desa Karang anyar, Kecamatan Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan Utara. Pra kegiatan (Gambar 1) dilaksanakan pada tanggal 4 Januari 2021. Pra kegiatan dilaksanakan dengan melakukan koordinasi kepada para kader kesehatan, diskusi terkait penyakit *Rheumatoid Arthritis* pada lansia. Dari hasil diskusi dengan para kader kesehatan, diketahui bahwa masih banyaknya lansia di Desa Karang Anyar yang mengeluh nyeri pada persendian yang mengarah kepada penyakit *Rheumatoid Arthritis*.



Gambar 1. Pra Kegiatan

Selain itu, dengan adanya pandemi Covid 19 yang melanda Indonesia, turut memberikan dampak pada warga yang ada di Desa Karang Anyar, Kecamatan Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan utara, terutama pada aspek kesehatan. Dengan adanya pandemi tersebut, banyak warga yang tidak dapat ke fasilitas kesehatan untuk memeriksakan keluhan terkait penyakit *Reumatoid Arthritis* dikarenakan warga memiliki rasa khawatir jika datang ke fasilitas pelayanan kesehatan. Berdasarkan hal tersebut, maka disepakati bahwa perlu dilakukannya sosialisasi kepada kader terutama warga yang dirumahnya terdapat lansia terkait upaya pencegahan penyakit *Reumatoid Arthritis* pada lansia.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan sebanyak 2 (dua) kali yaitu pada tanggal 18 Januari 2021 dan 23 Januari 2021 secara daring dengan

metode penyuluhan dan diskusi interaktif melalui grup diskusi whatsapp. Kegiatan penyuluhan I disampaikan oleh 1 pemateri yaitu dosen dari Program Studi DIV Manajemen Informasi Kesehatan yang memiliki latar belakang pendidikan dokter umum dengan materi yang disampaikan adalah Pengenalan penyakit *reumatoid Arthritis*. Sedangkan, kegiatan penyuluhan II disampaikan oleh 1 pemateri yaitu dosen dari Program Studi DIV Manajemen Informasi Kesehatan yang memiliki latar belakang Ilmu Kesehatan Masyarakat.



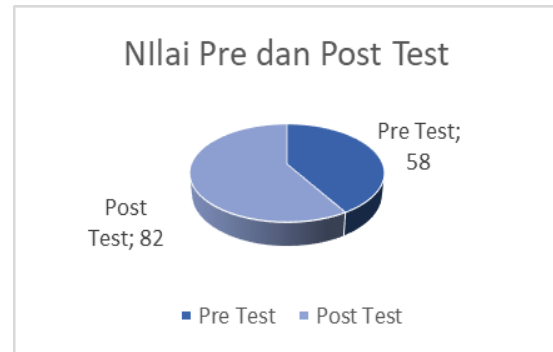
Gambar 2. Gambaran *Reumatoid Arthritis*

Reumatoid Arthritis adalah peradangan sendi akibat sistem kekebalan tubuh yang menyerang jaringannya sendiri. Radang sendi ini menimbulkan keluhan bengkak dan nyeri di bagian sendi, bahan sendi terasa kaku. *Reumatoid Arthritis* lebih sering diderita oleh wanita, terutama yang berusia 40 sampai dengan 60 tahun, dan biasanya terjadi simteris pada sendi yang sama di kedua sisi tubuh. Gejala *Reumatoid Arthritis* terkadang bisa mirip dengan penyakit lain seperti *osteoarthritis*.

Reumatoid Arthritis tergolong penyakit autoimun. Meskipun penyebab kondisi autoimun tersebut belum dapat diketahui secara pasti, namun diduga kondisi ini dapat terjadi karena faktor genetik. *Reumatoid Arthritis* perlu dicegah dengan baik guna mencegah pengikisan tulang dan kelainan bentuk sendi. Pencegahan *Reumatoid Arthritis* dapat dilakukan dengan perubahan gaya hidup yang lebih sehat seperti mengurangi berat badan, menjaga pola makan, melakukan olahraga teratur, dan menghindari stress juga dapat mencegah terjadinya rheumatoid arthritis.

Berdasarkan hasil analisa distribusi pekerjaan responden, mayoritas responden bekerja sebagai pegawai swasta yaitu 12 orang dan berusia 35 orang sebanyak 15 orang. Sebelum dilaksanakan kegiatan penyuluhan, terlebih dahulu peserta dilakukan pretest guna menilai tingkat pemahaman peserta terkait upaya pencegahan penyakit

Reumatoid Arthritis khususnya pada lansia. Setelah diberikan penyuluhan sebanyak 2 kali dengan jarak 1 minggu, para peserta kembali diberikan post test guna menilai adanya peningkatan pemahaman atau tidak pada kader kesehatan dan warga desa Karang Anyar, Kecamatan Tarakan Barat, Kota Tarakan, Kalimantan Utara. Antusiasme kader kesehatan di Desa Karang Anyar ini dikatakan cukup tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan keaktifan para kader kesehatan dan beberapa warga saat dilakukan penyuluhan dan diskusi interaktif.



Gambar 3. Hasil Evaluasi

Dari Hasil analisa data yang dilakukan terhadap nilai *pretest* dan *post test* peserta, maka dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pemahaman terkait upaya pencegahan penyakit *Reumatoid Arthritis* pada lansia. Peningkatan pemahaman ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai terhadap nilai *pre test* dan *post test* peserta yang dapat dilihat pada gambar 3. Rata-rata nilai *pre test* peserta sebelum diberikan penyuluhan adalah sebesar 58,00, sedangkan rata-rata nilai *post test* peserta setelah diberikan penyuluhan adalah sebesar 82,00. Hal ini menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan pemahaman yang cukup signifikan atau nyata tingkat pemahaman peserta antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Dengan diberikannya penyuluhan, maka responden yang semula belum mengetahui menjadi mengetahui dan memahami upaya pencegahan penyakit *Reumatoid Arthritis*. Selain itu, dengan adanya peningkatan pengetahuan peserta, diharapkan juga dapat mempengaruhi perubahan perilaku peserta.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat mengenai upaya pencegahan penyakit *Reumatoid Arthritis* pada lansia ini telah memberikan dampak yang baik dan perubahan tingkat pengetahuan yang signifikan. Dengan adanya peningkatan pemahaman mengenai upaya pencegahan

penyakit *Reumatoid Arthritis* pada lansia, diharapkan kader dan masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan terutama pada lansia di masa pandemi covid 19 ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat hingga selesai.

DAFTAR RUJUKAN

- Aris, M. (2015). The Relations Between Obesity and Rematoid Arthritis Knee in Elderly Patients. *J Majority*, 4(5), 110-116.
- Center for Disease Control and Prevention (CDC). (2014). *Rematoid Arthritis*. Diakses pada tanggal 26 Maret 2020 dari [http://www.cdc.gov/arthritis/basics/Rematoid Arthritis.html](http://www.cdc.gov/arthritis/basics/Rematoid%20Arthritis.html)
- Ignatovicus, S., Workman. (2015). *Medical-Surgical Nursing: Patient-Centered Collaborative Care* (8th ed). St.Louis, Missouri: Elsevier
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Diakses pada tanggal 26 Maret 2020 dari <http://www.depkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas): Penyakit Tidak Menular: Sendi Rematik Encok*. Hal 94. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI: Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Menepis Serangan Rematoid Arthritis*. Diakses pada tanggal 26 Maret 2020 dari <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-p2ptm/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kholifah, S (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Bidang Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Meiner, Sue E. (2011). *Gerontology Nursing, Fourth Edition*. United States of America: Elsevier Mosby
- Nisak R, Maimunah S, Admadi T. (2018). *Upay Pemberdayaan Masyarakat Melalui Deteksi Dini Pengendalian Penyakit Degeneratif pada Lansia di Dusun*

Karang Pucang, Desa Ngancar, Kecamatan Pitu, Wilayah Kerja Puskesmas Pitu, Kabupaten Ngawi. Ngawi: Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

- Prieharti dan Mumpuni, Y. (2017). *Deteksi: Rematoid Arthritis vs Osteoporosis Perbedaan, Seluk Beluk dan Penanganan*. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Rahmawati, R., Kusuma FHD., Widiani, E. (2012). Analisis Faktor Risiko Kejadian Rematoid Arthritis (Sendi Lutut) pada pasien Lanjut Usia, *Journal of Ners Community*. Vol 3:2, 151-158.
- Susilawati, L., Tirtayasa, K., dan Lesmana, Sl. (2015). *Latihan Closed Kinetic Chain Lebih baik Daripada Open Kinetic Chain untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional pada Rematoid Arthritis Lutut setelah Pemberian Micro Wave Diathermy (MWD) dan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*. Vol 3(10), 26-34
- Tika, Pradnya dan Aryana, W. (2018). Hubungan Antara Tingkat Nyeri Berdasarkan Numerical Rating Scale dengan Intensitas Rematoid Arthritis Secara Radiologi Menurut Kallgren-Lawrence Grading System Pada Penderita Rematoid Arthritis Lutut di Rumah Sakit Sanglah. *E-Journal Medika*. Vol 7(6), Juni 2018. Hal 1-8
- WHO. (2016). *Rematoid Arthritis (online)*. Diakses pada tanggal 26 Maret 2020 dari http://www.who.int/medicines/areas/priority_medicines/BP6_12Osteo.pdf.