



**SKRINING KESEHATAN JIWA PADA LANSIA DI KELURAHAN SRI
MERANTI/PKM UMBAN SARI RT 05 RW 06. PEMERINTAH KOTA
PEKANBARU**

**MENTAL HEALTH SCREENING FOR THE ELDERLY IN SRI
MERANTI/PKM UMBAN SARI RT 05 RW 06. PEKANBARU CITY**

Tria Monja Mandira^{1*}, Sofiana Nurchayati², Ganis Indriati³, Widia Lestari⁴, Yulia Irvani Dewi⁵

¹STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1, Kota Tangerang Selatan, 15417, Indonesia

^{2,3,4,5}Universitas Riau, Jalan Pattimura, Cinta Raja, Kec. Sail, Kota Pekanbaru, Riau 28127, Indonesia

ABSTRACT

Generally, elderly people will face challenges in achieving their expected quality of life due to the aging process. Aging is described as a factor that is closely related to the onset of disease and changes in physiological processes that will occur in each age group with different mechanisms. Changes in physiological processes can cause various declines in function, giving rise to various health problems in the elderly. So it can be assumed that as age increases, the greater the likelihood that a person will experience physical, mental, spiritual, and social health problems. Apart from that, the elderly stage also has big challenges in maintaining health and achieving good aging. The elderly are also a vulnerable group with respect to developmental stage and anxiety conditions. The experience of loss and bereavement is a negative life event that often occurs in the elderly and can pose a significant risk to the mental health of the elderly. Chronic diseases experienced by the elderly also put them at risk of experiencing psychosocial problems, which can disrupt the mental health of the elderly. The psychosocial problems that most often occur in the elderly include loneliness, feelings of sadness, anxiety, or anxiety disorders. Based on these problems, preventive efforts are needed to maintain the mental health of the elderly. This activity aims to improve mental health among the elderly. The implementation method is to carry out a preliminary survey to see the conditions in Sri Meranti Village, carry out mental health screening, and socialize about preventing mental health problems. Screening has the advantage of being simple, easy, and relatively cheap to use. It is aimed at early detection of a disease in a person so that a complete diagnosis can then be made and early treatment can be given immediately. After screening, the elderly are given health education on how to deal with anxiety and depression. The results achieved in this activity were that the elderly were very enthusiastic about participating in it. Participants said that the material provided was very useful, increasing their awareness of their mental health and their knowledge of dealing with mental health problems. This activity can be a reference for the Community Health Center and mental health cadres to collaborate further in carrying out health promotion, especially mental health problems in the elderly.

Keywords: Screening; Mental health; Elderly

ABSTRAK

Umumnya, lansia akan menghadapi tantangan dalam mencapai harapan kualitas hidup yang diakibatkan oleh proses menua. Menua digambarkan sebagai faktor yang berkaitan erat dengan timbulnya penyakit dan perubahan proses fisiologis yang akan terjadi pada setiap kelompok usia dengan mekanisme yang berbeda-beda. Perubahan proses fisiologis dapat menyebabkan berbagai penurunan fungsi, sehingga menimbulkan bermacam masalah kesehatan pada lansia. Sehingga dapat diasumsikan bahwa dengan bertambahnya usia, maka semakin besar kemungkinan seseorang mengalami masalah kesehatan secara fisik, jiwa, spiritual maupun sosial. Selain itu, tahap lansia juga memiliki tantangan besar dalam mempertahankan kesehatan dan mencapai masa penuaan yang baik. Lansia juga merupakan kelompok rentan sehubungan dengan tahap perkembangan dan kondisi kecemasan. Pengalaman kehilangan dan berkabung merupakan peristiwa kehidupan negatif yang sering terjadi di usia lansia dan dapat menimbulkan risiko yang signifikan bagi kesehatan jiwa lansia. Penyakit kronis yang dialami lansia juga menyebabkan lansia berisiko mengalami masalah psikososial yang bisa mengganggu kesehatan jiwa lansia. Masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti kesepian, perasaan sedih, ansietas atau gangguan kecemasan. Berdasarkan permasalahan tersebut perlu adanya upaya pencegahan untuk menjaga kesehatan jiwa lansia. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jiwa pada lansia. Metode pelaksanaan yaitu melakukan suvey pendahuluan untuk melihat kondisi di Kelurahan Sri Meranti, melakukan skrining kesehatan jiwa dan sosialisasi tentang pencegahan masalah kesehatan jiwa. Skrining memiliki keuntungan dalam penggunaannya yang sederhana, mudah dan relatif murah bertujuan untuk mendeteksi secara dini suatu penyakit pada seseorang sehingga selanjutnya dapat dilakukan diagnosis lengkap dan dapat segera diberikan pengobatan secara dini. Setelah melakukan skrining lansia diberikan Pendidikan kesehatan tentang cara mengatasi kecemasan dan depresi. Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini yaitu lansia begitu antusias mengikuti kegiatan ini, peserta mengatakan materi yang diberikan sangat bermanfaat, peningkatan kesadaran lansia akan kesehatan jiwanya dan meningkatkan pengetahuan lansia dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa. Kegiatan ini dapat menjadi suatu acuan bagi pihak Puskesmas dan kader kesehatan jiwa untuk berkolaborasi selanjutnya dalam melakukan promosi kesehatan khususnya masalah kesehatan jiwa pada lansia.

Kata Kunci: Skrining; Kesehatan jiwa; Lansia

PENDAHULUAN

Banyak literatur yang menjelaskan bahwa lansia selama tahap penuaan memiliki risiko tinggi timbulnya berbagai macam penyakit. Penyakit tersebut dipengaruhi oleh faktor gaya hidup, seperti kurangnya aktivitas fisik, olahraga dan diet yang menyebabkan terjadinya penyakit sarcopenia (kekurangan masa otot), obesitas, hipertensi, resistensi insulin, diabetes tipe 2, penyakit hati, jantung koroner, gagal jantung kongestif, osteoporosis, osteoarthritis, rheumatoid, arthritis, penglihatan, pendengaran, serta sejumlah gangguan penyakit kanker termasuk kanker payudara dan usus besar, bahkan bisa sampai pada masalah psikologis (Booth, et al., 2015) (Pedersen & Saltin, 2015). Salah satu permasalahan yang paling mendasar terjadi dikalangan lansia ialah kurangnya aktivitas fisik, tidak menerapkan pola hidup yang sehat, keterbatasan ekonomi untuk berkunjung ke pelayanan kesehatan, serta kurangnya pengetahuan dan dukungan keluarga dalam menjaga kesehatan lansia, agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari risiko tinggi terkena penyakit (Robbins & Judge, 2017).

Melihat kondisi permasalahan diatas dapat disimpulkan bahwa lansia merupakan salah satu kelompok rentan terkena berbagai masalah penyakit yang akan mengakibatkan terjadinya peningkatan morbiditas dan mortalitas. Penyakit tersebut sangat tidak mudah dalam melakukan penanganannya, dikarenakan penyakit pada lansia umumnya merupakan penyakit degeneratif, kronis, multi diagnosis yang penanganannya membutuhkan waktu yang lama dengan biaya yang tinggi. Perlu adanya alternatif sejak dini untuk mengurangi angka kesakitan terhadap lansia (Suardiman, 2011). Salah satu upaya yang dapat diterapkan ialah skrining pemeriksaan kesehatan lansia.

Masalah psikologis umum yang mempengaruhi pasien yang lebih tua mungkin termasuk, tetapi tidak terbatas pada, kecemasan, depresi, delirium, demensia, gangguan kepribadian, dan penyalahgunaan zat. Lansia juga merupakan kelompok rentan sehubungan dengan tahap perkembangan dan kondisi kecemasan. Pengalaman kehilangan dan berkabung merupakan peristiwa kehidupan negatif

yang sering terjadi di usia lansia dan dapat menimbulkan risiko yang signifikan bagi kesehatan jiwa lansia. Penyakit kronis yang dialami lansia juga menyebabkan lansia berisiko mengalami masalah psikososial yang bisa mengganggu kesehatan jiwa lansia. Masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti kesepian, perasaan sedih, ansietas atau gangguan kecemasan. Mengingat permasalahan ini, perlu adanya upaya peningkatan kesehatan jiwa pada lansia melalui skrining kesehatan jiwa dan edukasi tentang kesehatan jiwa.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan secara langsung kepada masyarakat Kelurahan Sri Meranti/PKM Umban Sari RT. 05 RW. 06. Pemerintah Kota Pekanbaru. Kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Tahap persiapan yaitu dilakukan suvey pendahuluan untuk melihat kondisi di Kelurahan Sri Meranti. Pada tahap ini kami melakukan wawancara dengan pihak RT/RW untuk meminta izin secara langsung untuk pelaksanaan kegiatan ini.

2. Tahap pelaksanaan yaitu melakukan skrining kesehatan jiwa pada lansia
3. Tahap evaluasi dengan melakukan tanya jawab dengan lansia mengenai masalah kesehatan jiwa yang dialami dan bagaimana cara mengatasinya
4. Melakukan sosialisasi melalui pendidikan kesehatan tentang mengatasi kecemasan dan depresi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang sudah ditetapkan dapat digambarkan pelaksanaannya sebagai berikut:

1. Perencanaan/persiapan
Tim pengabdian telah menyusun proposal pengabdian masyarakat dan menentukan pembagian tanggung jawab dalam mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat ini
2. Koordinasi dengan Kader kesehatan yang bertanggung jawab di wilayah tersebut untuk membantu mengundang warga mengikuti kegiatan penyuluhan
3. Pelaksanaan/Implementasi

Kegiatan dilakukan pada Sabtu, 19 Agustus 2023 yang bertempat di wilayah Kelurahan Sri Meranti. Kegiatan dilakukan sebagai berikut:

- a. Jumlah peserta sebanyak 20 orang, dengan rincian rentang usia 50-60 Tahun.
- b. Melakukan *screening* kesehatan jiwa yaitu dengan menggunakan kuesioner kecemasan dan depresi
- c. Selanjutnya sesi pengkajian yaitu mengkaji masalah kesehatan jiwa yang dialami dan bagaimana cara mengatasinya selama ini
- d. Memberikan edukasi untuk mengatasi kecemasan dan depresi
- e. Sesi terakhir yaitu mengevaluasi pemahaman peserta, hasil evaluasi terdapat 80% peserta yang telah memahami materi pendidikan kesehatan.



Gambar 1. Screening kesehatan jiwa



Gambar 2. Pengkajian



Gambar 3. Evaluasi

Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini antara lain:

1. Peserta begitu antusias mengikuti kegiatan ini, peserta mengatakan materi yang diberikan sangat bermanfaat dan juga bersemangat karena mendapatkan doorprize.
2. Kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran lansia untuk menjaga kesehatan jiwa di masa tua.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil paparan dan respons peserta selama berlangsungnya acara, dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan skrining dan penyuluhan ini sangat diperlukan dalam rangka membuka pemikiran dan pemahaman yang lebih luas, membangun mindset, dan menumbuhkan kesadaran agar dapat menjaga kesehatan jiwa.

Saran

Kegiatan ini juga dapat mengaktifkan peran kader kesehatan jiwa untuk memfasilitasi warga terutama lansia dalam menjaga kesehatan jiwa.

doi:<https://doi.org/10.1111/sms.12581>

Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Perilaku Organisasi* (16 ed.). (R. Saraswati, & F. Sirait, Trans.) Jakarta: Salemba Empat.

Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi Usia Lanjut* (1st ed.). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

DAFTAR PUSTAKA

Booth, J., Connelly, L., Lawrence, M., Chalmers, C., Joice, S., Becker, C., & Dougall, N. (2015). Evidence of Perceived Psychosocial Stress as a Risk Factor for Stroke in Adults: A Meta-Analysis. *BMC Neurology*(15), 233. doi:<https://doi.org/10.1186/s12883-015-0456-4>

Pedersen, B., & Saltin, B. (2015). Exercise as medicine - evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*(25), 1–72.