

EDUKASI ADAPTASI PERUBAHAN IKLIM BAGI LANSIA HIDUP SEHAT DAN PRODUKTIF DI GUNUNG LABUHAN, LAMPUNG

Ernyasih¹, Salwa Afifah², Hadana Ulufannur Rizqi³, Adipatra Kenaro Wicaksono⁴

^{1,4}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

²Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

³Program Studi Pendidikan Agama, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta

e-mail : ernyasih@umj.ac.id

ABSTRAK

Keluarga dengan taraf kehidupan rendah termasuk pada golongan lansia dengan potensi sakit yang tinggi dan tidak produktif karena lingkungan keluarga yang berpendidikan rendah. Masyarakat sekarang ini menganggap bahwa lansia itu hanya dapat berada dalam rumah, menikmati hari-harinya dengan hanya bersantai saja tanpa melakukan aktifitas apapun padahal disisi lain kita dapat menemukan fenomena-fenomena dimana lansia dalam menjalani masa-masanya dapat tetap produktif dan berguna bagi orang lain. Pada tahun 2021, sekitar satu dari dua (49,46 persen) lansia masih aktif bekerja. Lapangan usaha pertanian menjadi sektor yang paling banyak menyerap tenaga kerja lansia, yaitu sebesar 53,10 persen. Metode pelaksanaan dalam peningkatan harapan hidup masyarakat yang tergolong lanjut usia pada artikel ini adalah dengan melakukan kunjungan door to door dalam memberikan layanan penyuluhan dan sosialisasi kepada para masyarakat lanjut usia di Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri. Penyuluhan ini bertujuan untuk terus memberikan semangat serta memberikan tips tips hidup sehat di usia lanjut. Karena memang usia lanjut adalah suatu kejadian yang pasti akan dialami oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang, terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun, namun manusia dapat berupaya untuk menghambat kejadiannya.

Kata Kunci: Lansia, adaptasi, perubahan iklim, Produktif

ABSTRACT

Families with a low standard of living are included in the elderly group with a high potential for illness and are unproductive because of the low-educated family environment. Today's society considers that the elderly can only be in the house, enjoying their days by just relaxing without doing any activities, whereas on the other hand we can find phenomena where the elderly in living their times can remain productive and useful for others. In 2021, about one in two (49.46 percent) of the elderly are still actively working. The agricultural sector is the sector that absorbs the most elderly workers, which is 53.10 percent. The implementation method in increasing the life expectancy of the elderly people in this article is to conduct door to door visits in providing counseling and socialization services to the elderly people in Dusun II Talang Sebaris, Suka Negeri Village. This counseling aims to continue to provide enthusiasm and provide tips for healthy living in old age. Because indeed old age is an event that will surely be experienced by everyone who is blessed with a long life, its occurrence cannot be avoided by anyone, but humans can try to prevent its occurrence.

Keywords: Old age, adaptation, climate change, Productive

1. PENDAHULUAN

Pada dasarnya, perubahan iklim merupakan fenomena alam, namun dalam beberapa tahun terakhir, IPCC menyatakan bahwa sebagian besar aktivitas manusia berkontribusi terhadap pemanasan global. Aktivitas manusia menimbulkan emisi gas rumah kaca (GRK) sekitar 70% yang merubah konsentrasi atmosfer bumi. Emisi CO₂ merupakan zat yang utama penghasil GRK (UNEP 2007).

Penggunaan bahan bakar fosil, penggundulan hutan dan polusi mengakibatkan pemanasan global yang berdampak pada perubahan iklim ekstrem. (Diffenbaugh et al. 2011). Iklim ekstrim seperti suhu dan curah hujan berhubungan dengan ekosistem dan masyarakat (Jentsch et al. 2011).

Perubahan iklim merupakan perubahan iklim dari waktu ke waktu karena variabilitas alami maupun aktivitas manusia (UNEP 2007). Perubahan iklim berpengaruh langsung (cuaca ekstrim) atau tidak langsung (kelaparan, kelangkaan air dan pangan (IPCC 2022) dan menyebabkan bencana serta berpengaruh terhadap manusia seperti hilangnya nyawa, sumber daya, dukungan sosial dan jaringan sosial, depresi dan kecemasan, peningkatan penggunaan dan penyalahgunaan zat dan bunuh diri (The U.S. Global Change Research 2014).

Perubahan iklim menimbulkan dampak psikopatologis yang bersifat jangka pendek seperti banjir, kenaikan suhu, angin topan yang membuat orang tidak terlindungi dan tidak berdaya serta mengalami cedera mental. Sedangkan untuk jangka menengah yaitu orang yang secara tidak langsung menyaksikan dampak perubahan iklim mengalami kecemasan mengenai kelangsungan hidupnya dan menjadi disorientasi. Selain itu perubahan iklim mempunyai dampak jangka Panjang seperti kekerasan dan migrasi (Abel et al. 2019). Perubahan iklim sangat berpengaruh terhadap kelompok rentan seperti orang tua atau lanjut usia (lansia) dan dapat merusak kesehatan mentalnya sehingga tidak dapat beraktifitas seperti biasanya (Obradovich et al. 2018) dan menimbulkan penyakit ISPA (Ernyasih, Fajrini, and Latifah 2018).

Lansia merupakan seseorang yang berumur 60 tahun keatas dan merupakan tahap akhir perkembangan dari daur kehidupan manusia yang ditandai dengan gagalnya seseorang untuk mempertahankan

keseimbangan kesehatan dan kondisi stress fisiologisnya serta terjadi penurunan daya kemampuannya (Kementerian Sosial Republik Indonesia 2021).

Lansia terkadang dipandang sebagai orang tua yang tidak produktif karena berbagai alasan, termasuk kesehatan yang buruk atau pensiun serta rentan terhadap penyakit. Perubahan iklim dapat menimbulkan permasalahan bagi lansia karena keterbatasan fungsi tubuhnya sehingga menyebabkan sakit dan tidak produktif (Anna, Chusniatun, and Rudiyanto 2017). Pada tahun 2018 terjadi peningkatan jumlah kematian 53,7% pada lansia lebih dari 65 tahun yang disebabkan oleh suhu yang panas (Watts et al. 2021), sehingga perlunya adaptasi dalam menghadapi perubahan iklim (Andriyani, Ernyasih, and Srisantiyorini 2020).

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukanlah pengabdian masyarakat untuk membantu lansia melakukan adaptasi perubahan iklim agar dapat hidup sehat dan produktif dan berdaya guna bagi keluarga dan masyarakat. Manfaat lainnya yaitu seperti meningkatkan kesadaran para usia lanjut untuk membina sendiri kesehatannya, baik kesehatan fisik dan psikologis, meningkatkan harga diri dan kualitas hidup sehingga merasa bermartabat, menjadikan para lansia lebih produktif dan percaya diri dalam menghadapi masa tua, serta meningkatkan komunikasi antar masyarakat usia lanjut, melalui edukasi di Posyandu.

Posyandu lansia lestari yang merupakan salah satu Posyandu Lansia aktif di Dusun II Talang Sebaris, Kampung Suka Negeri, Kecamatan Gunung Labuhan, Kabupaten Way Kanan, Provinsi Lampung yang berlangsung tiap 1 bulan sekali.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan untuk peningkatan pengetahuan lansia dalam mewujudkan lansia yang sehat dan produktif dengan melakukan penyuluhan dan sosialisasi adaptasi perubahan iklim kepada para masyarakat lansia di Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri yang di dampingi oleh bidan dari UPT Puskesmas Gunung Labuhan kemudian diskusi dan tanya jawab. Kegiatan dilanjutkan pendampingan dalam bentuk olah raga atau senam, pemeriksaan kesehatan serta

kontrol makanan. Bahan yang digunakan berupa file powerpoint, LCD dan proyektor.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Posyandu Lansia Lestari di Gunung Labuhan, Lampung pada tanggal 11 Agustus 2022. Peserta kegiatan adalah masyarakat lansia setempat. Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian materi mengenai adaptasi perubahan iklim bagi lansia untuk hidup sehat dan produktif melalui media edukasi kesehatan yaitu penyuluhan dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi serta dilakukan pemeriksaan kesehatan yaitu tekanan darah, kadar gula darah, asam urat, kolesterol, dan senam sehat. Gambar 1, 2, dan 3 adalah foto-foto kegiatan selama pelaksanaan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Pemaparan materi



Gambar 2. Pemeriksaan kesehatan



Gambar 3. Pembagian brosur lansia sehat

Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai adaptasi terhadap perubahan iklim sehingga dapat hidup sehat dan produktif. Informasi yang didapatkan dari penyuluhan dapat menambah pengetahuan dan menanamkan keyakinan sehingga terjadi perubahan perilaku seseorang dalam memelihara kesehatannya, berperan aktif mewujudkan Kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial (Notoatmodjo 2012).

Penyuluhan ini berjalan dengan baik dan terjadinya peningkatan pengetahuan lansia sebesar 90%.

4. KESIMPULAN

Lansia di Gunung Labuhan, Lampung memiliki pengetahuan yang baik setelah dilakukan edukasi mengenai adaptasi perubahan iklim bagi lansia untuk hidup sehat dan produktif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada LPPM UMJ yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, Guy J., Michael Brottrager, Jesus Crespo Cuaresma, and Raya Muttarak. 2019. "Climate, Conflict and Forced Migration." *Global Environmental Change* 54(December 2018):239–49. doi: 10.1016/j.gloenvcha.2018.12.003.
- Andriyani, Eryasih, and Triana Srisantyorini. 2020. "Edukasi Adaptasi Perubahan Iklim Dalam Perspektif Islam Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta (PSKM FKM UMJ)." *Muhammadiyah Public Health Journal* 1(1):42–50.
- Anna, Alif Noor, Chusniatun Chusniatun, and Rudiyanto Rudiyanto. 2017. "Kegiatan Penyuluhan Gizi Lansia Di Posyandu Aisyiah, Mawar Biru, Dan Anggrek

- Berseri Kelurahan Serengan.” *Urecol* 103–12.
- Diffenbaugh, Noah S., Michael A. White, Gregory V. Jones, and Moetasim Ashfaq. 2011. “Climate Adaptation Wedges: A Case Study of Premium Wine in the Western United States.” *Environmental Research Letters* 6(2). doi: 10.1088/1748-9326/6/2/024024.
- Ernyasih, Fini Fajrini, and Noor Latifah. 2018. “Analisis Hubungan Iklim (Curah Hujan, Kelembaban, Suhu Udara Dan Kecepatan Angin) Dengan Kasus ISPA Di DKI Jakarta Tahun 2011 – 2015.” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 07(September 2018):131–84.
- IPCC. 2022. “Climate Change 2022 Impacts, Adaptation and Vulnerability.”
- Jentsch, Anke, Juergen Kreyling, Michael Elmer, Ellen Gellesch, Bruno Glaser, Kerstin Grant, Roman Hein, Marco Lara, Heydar Mirzae, Stefanie E. Nadler, Laura Nagy, Denis Otieno, Karin Pritsch, Uwe Rascher, Martin Schädler, Michael Schlöter, Brajesh K. Singh, Jutta Stadler, Julia Walter, Camilla Wellstein, Jens Wöllecke, and Carl Beierkuhnlein. 2011. “Climate Extremes Initiate Ecosystem-Regulating Functions While Maintaining Productivity.” *Journal of Ecology* 99(3):689–702. doi: 10.1111/j.1365-2745.2011.01817.x.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2021. “Pedoman Pelaksanaan Kreasi Atensi Lanjut Usia.” <https://www.kemsos.go.id/content/indikator-kemiskinan> (28):4–7.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka cipta.
- Obradovich, Nick, Robyn Migliorini, Martin P. Paulus, and Iyad Rahwan. 2018. “Empirical Evidence of Mental Health Risks Posed by Climate Change.” *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 115(43):10953–58. doi: 10.1073/pnas.1801528115.
- The U.S. Global Change Research. 2014. “Our Changing Planet.” *Eos, Transactions American Geophysical Union* 70(4):50. doi: 10.1029/89eo00028.
- UNEP. 2007. *Intergovernmental Panel on Climate Change. Fourth Assessment Report. Geneva, Switzerland: Inter-Governmental Panel on Climate Change. Cambridge; UK: Cambridge University Press; 2007. Available from: Wwww.Ipcc.Ch.*
- Watts, Nick, Markus Amann, Nigel Arnell, Sonja Ayeb-Karlsson, Jessica Beagley, Kristine Belesova, Maxwell Boykoff, Peter Byass, Wenjia Cai, Diarmid Campbell-Lendrum, Stuart Capstick, Jonathan Chambers, Samantha Coleman, Carole Dalin, Meaghan Daly, Niheer Dasandi, Shouro Dasgupta, Michael Davies, Claudia Di Napoli, Paula Dominguez-Salas, Paul Drummond, Robert Dubrow, Kristie L. Ebi, Matthew Eckelman, Paul Ekins, Luis E. Escobar, Lucien Georgeson, Su Golder, Delia Grace, Hilary Graham, Paul Haggard, Ian Hamilton, Stella Hartinger, Jeremy Hess, Shih Che Hsu, Nick Hughes, Slava Jankin Mikhaylov, Marcia P. Jimenez, Ilan Kelman, Harry Kennard, Gregor Kieseppa, Patrick L. Kinney, Tord Kjellstrom, Dominic Kniveton, Pete Lampard, Bruno Lemke, Yang Liu, Zhao Liu, Melissa Lott, Rachel Lowe, Jaime Martinez-Urtaza, Mark Maslin, Lucy McAllister, Alice McGushin, Celia McMichael, James Milner, Maziar Moradi-Lakeh, Karyn Morrissey, Simon Munzert, Kris A. Murray, Tara Neville, Maria Nilsson, Maquins Odhiambo Sewe, Tadj Oreszczyn, Matthias Otto, Fereidoon Owfi, Olivia Pearman, David Pencheon, Ruth Quinn, Mahnaz Rabbaniha, Elizabeth Robinson, Joacim Rocklöv, Marina Romanello, Jan C. Semenza, Jodi Sherman, Liuhua Shi, Marco Springmann, Meisam Tabatabaei, Jonathon Taylor, Joaquin Triñanes, Joy Shumake-Guillemot, Bryan Vu, Paul Wilkinson, Matthew Winning, Peng Gong, Hugh Montgomery, and Anthony Costello. 2021. “The 2020 Report of The Lancet Countdown on Health and Climate Change: Responding to Converging Crises.” *The Lancet* 397(10269):129–70. doi: 10.1016/S0140-6736(20)32290-X.