

## PEMBERIAN EDUKASI KESEHATAN TERHADAP KECEMASAN YANG DIALAMI OLEH PASIEN GERIATRI DI DESA KEBAGUSAN KECAMATAN PASAR MINGGU KOTA JAKARTA SELATAN PROVINSI DKI JAKARTA

Fahira Mawaddah<sup>1\*</sup>, Fatimah Fazkiyah<sup>2</sup>, Tyas Aprillia<sup>3</sup>, Tri Wahyuni<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>4</sup>Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

\*email: [fahira16mawaddah@gmail.com](mailto:fahira16mawaddah@gmail.com)

### ABSTRAK

Masa tua adalah tahap kehidupan yang penuh dengan tantangan, terutama terkait dengan kesehatan. Penyakit geriatri, yang umumnya menimpa orang dewasa lanjut usia (lansia), membawa dampak yang cukup signifikan. Para lansia ini sering menghadapi penyakit-penyakit yang tidak hanya mengganggu fisik, tetapi juga secara psikologis memunculkan perasaan cemas. Hal ini wajar mengingat perubahan fisik dan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia, dan dampak dari penyakit tersebut terhadap kualitas hidup serta kemandirian. Memberikan edukasi kesehatan tentang kesehatan mental (kecemasan) kepada pasien geriatri di Desa Kebagusan Kecamatan Pasar Minggu Kota Jakarta Selatan Provinsi DKI Jakarta. dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran para Pasien geriatri tentang pentingnya menjaga Kesehatan tidak hanya Kesehatan fisik tetapi Kesehatan mental juga tidak kalah penting.

**Kata kunci:** Edukasi, Geriatri, Kecemasan

### ABSTRACT

*Old age is a stage of life full of challenges, especially those related to health. Geriatric diseases, which generally affect elderly adults, have a significant impact. The elderly often face illnesses that are not only physically disturbing, but also psychologically cause feelings of anxiety. This is normal considering the physical and physiological changes that occur with age, and the impact of the disease on quality of life and independence. Providing health education about mental health (anxiety) to geriatric patients in Kebagusan Village, Pasar Minggu District, South Jakarta City, DKI Jakarta Province. with the aim of increasing awareness of geriatric patients about the importance of maintaining health, not only physical health but mental health is also no less important.*

**Keywords:** education, geriatrics, anxiety

## 1. PENDAHULUAN

Kecemasan adalah suatu respons emosional yang umum terjadi pada manusia sebagai reaksi terhadap situasi atau peristiwa yang dianggap sebagai ancaman, ketidakpastian, atau perubahan yang mengganggu. Ini dapat mencakup perasaan gelisah, rasa takut, dan ketegangan mental yang meresap, seringkali diiringi oleh gejala fisik seperti detak jantung yang cepat, pernapasan dangkal, serta perasaan tidak nyaman di perut atau otot (Tobing et al., 2022).

Kecemasan dapat terjadi kepada berbagai kelompok usia, termasuk lansia dengan Diabetes Mellitus (DM). Lansia dengan DM memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada populasi umum. Faktor-faktor seperti perubahan gaya hidup, keterbatasan fisik, dan ketidakpastian mengenai pengelolaan penyakit dapat memberikan kontribusi pada perasaan cemas yang dialami oleh lansia dengan DM. Kecemasan ini bisa bersifat umum, terkait dengan masalah kesehatan, atau bahkan spesifik terhadap perawatan dan pengelolaan DM (Sanza et al., 2020).

Tingkat kecemasan yang tinggi pada lansia dengan DM dapat mempengaruhi pengelolaan penyakit mereka, termasuk pengendalian gula darah, kepatuhan terhadap pengobatan, dan perubahan gaya hidup yang diperlukan. Oleh karena itu, mendeteksi dan mengatasi kecemasan pada populasi ini sangat penting untuk memastikan kualitas hidup yang lebih baik dan pengelolaan penyakit yang lebih efektif. Upaya pencegahan, dukungan medis, dukungan sosial, serta pendekatan psikologis yang sensitif dan terarah bisa membantu mengurangi tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia dengan DM (Sanza et al., 2020).

Masa tua adalah tahap kehidupan yang penuh dengan tantangan, terutama

terkait dengan kesehatan. Penyakit geriatri, yang umumnya menimpa orang dewasa lanjut usia (lansia), membawa dampak yang cukup signifikan. Para lansia ini sering menghadapi penyakit-penyakit yang tidak hanya mengganggu fisik, tetapi juga secara psikologis memunculkan perasaan cemas. Hal ini wajar mengingat perubahan fisik dan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia, dan dampak dari penyakit tersebut terhadap kualitas hidup serta kemandirian (Sarah, 2023). Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana penyakit geriatri tidak hanya memengaruhi tubuh fisik, tetapi juga berdampak pada kesejahteraan mental individu. Dalam tulisan ini, akan dibahas gambaran individu yang mengalami rasa cemas akibat terkena penyakit geriatri, termasuk ketakutan akan ketergantungan, penurunan kualitas hidup, rasa sakit kronis, ketakutan akan kematian, serta ketakutan akan keterbatasan mental. Dengan mengidentifikasi gambaran ini, diharapkan langkah-langkah dapat diambil untuk mengatasi cemas pada populasi lansia yang menghadapi penyakit geriatri.

Menyadari kompleksitas dampak penyakit geriatri pada aspek emosional, psikologis, dan sosial individu adalah langkah awal dalam merespons tantangan ini. Perasaan cemas yang timbul dapat mempengaruhi secara negatif kualitas hidup, interaksi sosial, serta kemampuan individu dalam mengatasi tantangan sehari-hari (Sanza et al., 2020). Oleh karena itu, pemahaman mendalam terhadap gambaran individu yang cemas akibat penyakit geriatri memiliki implikasi penting bagi upaya pencegahan, pengobatan, dan perawatan yang holistik.

Selain itu, perlu diperhatikan bahwa upaya untuk mengatasi cemas pada lansia yang terkena penyakit geriatri tidak hanya melibatkan aspek medis, tetapi juga dukungan sosial dan psikologis. Keluarga, teman, dan tenaga medis memiliki peran

krusial dalam memberikan dukungan, pemahaman, dan bimbingan kepada individu yang menghadapi tantangan ini. Membangun lingkungan yang mendukung, memberikan informasi yang akurat, dan mengajak individu untuk terlibat aktif dalam pengelolaan penyakitnya dapat membantu mengurangi tingkat cemas (Tobing et al., 2022).

Dalam menghadapi dampak penyakit geriatri pada aspek psikologis, diperlukan pendekatan yang sensitif dan komprehensif. Lansia yang menghadapi penyakit-penyakit seperti penyakit jantung, diabetes, osteoarthritis, atau penyakit neurodegeneratif seringkali merasakan perubahan drastis dalam gaya hidup dan rutinitas sehari-hari (Yuvita et al., 2023). Hal ini dapat memicu perasaan cemas yang mendalam mengenai masa depan dan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.

Penerapan Di samping itu, masalah seperti ketidaknyamanan fisik, nyeri kronis, dan gangguan tidur yang sering terkait dengan penyakit geriatri dapat memberikan kontribusi besar terhadap perasaan cemas. Rasa sakit yang konstan dan gangguan tidur tidak hanya memengaruhi kenyamanan fisik, tetapi juga mengganggu stabilitas emosional individu. Tidak kalah pentingnya adalah kekhawatiran tentang ketergantungan pada orang lain dan hilangnya kemandirian. Lansia sering kali merasa tidak nyaman ketika merasa membutuhkan bantuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang sebelumnya dapat mereka lakukan dengan mandiri. Perasaan ini dapat menciptakan perasaan tidak aman dan cemas akan masa depan (Sari, 2023). Dengan demikian, tulisan ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berguna bagi para profesional kesehatan, keluarga, dan masyarakat dalam mendukung lansia yang mengalami cemas akibat penyakit geriatri.

Berdasarkan hal di atas, maka kami

tertarik untuk menyelenggarakan Memberikan edukasi kesehatan tentang kesehatan mental (kecemasan) kepada pasien geriatri di Desa Kebagusan Kecamatan Pasar Minggu Kota Jakarta Selatan Provinsi DKI Jakarta. dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran para Pasien geriatri tentang pentingnya menjaga Kesehatan tidak hanya Kesehatan fisik tetapi Kesehatan mental juga tidak kalah penting.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ yaitu, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

##### **A. Persiapan**

Pelaksanaan ini dimulai dengan meminta izin kepada pengelola Rumah Qur'an Cahaya Ilmu yang merupakan tempat untuk melakukan edukasi kesehatan terakit. Mitra akan terlibat dalam pemberian izin dan penyediaan tempat kegiatan. Kegiatan yang akan dilaksanakan merupakan penelitian jenis deskriptif kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien geriatri di kawasan Rumah Qur'an Cahaya Ilmu dengan sampelnya akan didapatkan secara *purposive sampling*

##### **B. Pelaksanaan**

Didapatkan hasil terkait permasalahan yang ada pada mitra yaitu permasalahan Kesehatan mental (kecemasan) kepada pasien geriatri di tempat pengabdian tertuju. Berikut metode pelaksanaan yang kami lakukan:

- 1) Edukasi menggunakan media poster

Dipilihnya metode ini karena sasaran dalam kegiatan ini adalah para lansia di Desa Kebagusan Jakarta Selatan tersebut, yang rata-rata berusia kisaran 50 – 60 tahun, sehingga

diharapkan akan memudahkan mereka untuk memahami materi yang diberikan. Materi yang diberikan berupa cara mengatasi cemas akibat penyakit pada pasien geriatri.

- 2) Mengisi Kuisisioner dan konseling  
Setelah diberikan materi, selanjutnya adalah pasien geriatri diarahkan untuk mengisi formulir kuisisioner yang telah disiapkan oleh tim KKN, kemudian membuat menjadi 3 kelompok untuk melakukan konseling, setiap kelompoknya di pimpin oleh 1 orang tim KKN UMJ

- 3) Sesi tanya jawab  
Sebagai penutup kegiatan, kami mengadakan sesi tanya jawab yang berhadiah bagi yang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan.

### C. Evaluasi

Evaluasi Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ kelompok 3 dilakukan dengan metode penyuluhan sehingga evaluasinya dapat dilihat dari aspek input, proses dan output.

## 2. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Program kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ Kelompok 3 berdasarkan hasil observasi yang kami lakukan adalah Memberikan edukasi kesehatan tentang kesehatan mental tentang kecemasan kepada pasien geriatri di Desa Kebagusan Kecamatan Pasar Minggu Kota Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta. telah dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 3 September 2023.

### a. Pembukaan

Pada Jam 08.30 para peserta mulai mengisi formulir registrasi, kemudian di jam 09.00 acara dibuka dengan diawali beberapa sambutan- sambutan, yang pertama sambutan oleh tuan

rumah atau Ketua Rumah Qur'an Cahaya Ilmu (RQCI). Dilanjut sambutan oleh Dosen Pembimbing Lapangan DR. Tri Wahyuni, Sp. Pk.



Gambar. 1 Sambutan oleh tuan rumah



Gambar 2. Sambutan oleh DPL

### b. Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan di mulai pada jam 09.40 dihadiri oleh 30 pasien geriatri. Di mulai dengan pemaparan materi secara umum yang di paparkan oleh salah satu tim KKN UMJ. Setelah pemaparan materi kami harapkan pasien geriatri untuk paham dengan isi



materi tersebut.

Gambar 3. Pemaparan materi secara



umum oleh Tim KKN

c. Pengisian kuisioner

Setelah diberikan materi, pasien geriatri diarahkan untuk mengisi formulir kuisioner yang di berikan oleh tim KKN KKN UMJ, setelah pengisian kuisioner dilanjut untuk membuat 3 kelompok untuk melakukan konseling yang setiap kelompoknya dipimpin oleh 1 orang tim KKN UMJ.



Gambar 4. Pengisian kuisioner



Gambar 5. Konseling

d. Tanya Jawab

Setelah pengisian kuisioner dan konseling lalu penggabungan Kembali untuk duduk seperti semula, sesi selanjutnya adalah sesi tanya jawab berhadiah untuk mencairkan suasana dan tidak terasa bosan. Akhir kegiatan penyuluhan ini selesai pada pukul 11.30 WIB dan dilanjut dengan foto bersama.



Gambar 6. Sesi tanya jawab



Gambar 7. Foto Bersama



Gambar 8. Foto Bersama pembimbing lapangan

### Hasil evaluasi pelaksanaan

Evaluasi pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini merupakan standar yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana program KKN terlaksana. Selama pelaksanaan kegiatan terdapat kekurangan atau hambatan, oleh karena itu dilakukan evaluasi, berikut evaluasi dari program KKN tersebut.

<b>Input</b>	<i>Man</i> , setiap anggota menjalankan dengan baik tugasnya sehingga dapat terselenggaranya kegiatan ini
	<i>Money</i> , sumber dana yang berasal dari kas kelompok mampu mencukupi kebutuhan selama program berlangsung
	<i>Machine</i> , materi yang disampaikan ringan dan mudah dipahami oleh para pasien geriatri dan membuat antusiasme yang tinggi
	<i>Material</i> , ukuran poster yang disuguhkan tidak terlalu kecil, sehingga pas dan mudah dijangkau atau terlihat oleh para audiens
	<i>Methods</i> , metode yang digunakan dalam penyuluhan melalui presentasi dan membuat konseling sehingga dapat menarik membuat suasana agar tidak bosan
<b>Proses</b>	Selama kegiatan berlangsung, para pasien geriatri terlihat antusias dalam mendengarkan materi, sehingga ada beberapa pertanyaan yang diberikan kepada pemateri. tetapi sesekali ada beberapa yang masih mengobrol. Ketika sedang pemberian materi tetapi masalah tersebut tidak menghalangi jalannya kegiatan sehingga penyuluhan dapat berjalan dengan lancar
<b>Output</b>	Para pasien geriatri dapat mempraktikkan kembali materi yang sudah

	dipaparkan pada saat penyuluhan sehingga kedepannya dapat diimplementasikan kedalam kehidupan sehari-hari
--	---

### 3. KESIMPULAN

Program Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ Kelompok 3 ini berlokasi di Kebagusan, Jakarta Selatan, Khususnya Rumah Qur'an Cahaya Ilmu. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran para gariatri tentang pentingnya kebiasaan hidup sehat agar terhindar dari kecemasan yang ditimbulkan oleh penyakit geratri dengan memberikan penyuluhan Kesehatan. Tema dalam program kegiatan ini adalah "Kecemasan terhadap Penyakit Geriatri" yang mana berarti pentingnya mengambil tindakan kecil tapi berdampak baik bagi kesehatan.

Program kegiatan ini berhasil mengajarkan para lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan baik fisik dan mental serta memberikan langkah-langkah konkrit untuk diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun didalam suatu program memiliki beberapa hambatan tetapi hambatan tersebut masih bisa diatasi dan kegiatan berjalan lancar.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Jakarta, Dosen Pembimbing Lapangan, Rumah Qur'an Cahaya Ilmu atas penyediaan tempat untuk kegiatan pengabdian masyarakat, kepada Mitra, dan kepada semua pihak yang telah membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan berjalan dengan lancar.

### DAFTAR PUSTAKA

Sarah, D. (2023). *Hubungan Tingkat*

*Kecemasan Dengan Pengontrolan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang* (Doctoral Dissertation, Universitas Andalas).

Sari, Y. I. P. (2023). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Uptd Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Lampung. *Jurnal Ners*, 7(1), 309-315.

Sonza, T., Badri, I. A., & Erda, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities Of Daily Living Pada Lansia. *Human Care Journal*, 5(3), 688-695.

Tobing, D. L., & Amelia, T. (2022). Gambaran Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Cilendek Barat Bogor. *Jurnal Profesi Keperawatan (Jpk)*, 9(2), 80-87.

Yuvita, L., & Santoso, B. R. (2023). Ansietas Berhubungan Dengan Depresi Pada Lansia Yang Ditinggal Pasangan Hidup. *Jurnal Keperawatan*, 15(3), 967-974.