

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Analisa Situasi

Lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia yang tidak dapat dihindarkan dan pasti dialami oleh setiap individu dalam proses pertumbuhan. Lanjut usia tidak identic dengan pikun. Mereka bisa hidup normal tanpa mengalami berbagai gangguan memori dan perubahan tingkah laku.

Banyak orang yang mendambakan hidup sehat dan bahagia hingga lanjut usia. Faktanya, orangtua yang hidupnya benar-benar sehat hingga hari tua sangat jarang dijumpai. Usia senja sering dikaitkan dengan hal-hal yang berhubungan dengan menurunnya kualitas hidup, baik itu fisik maupun psikis.

Berdasarkan keterangan pusat data dari Kementerian Kesehatan, jika pada tahun 2010 proporsi usia lebih dari 65 tahun hanya 5% dari total penduduk, maka pada tahun 2035 diperkirakan menjadi 10,6%. Bila diprediksi populasi Indonesia pada tahun 2035 sebesar 305,6 juta, 20 tahun lagi akan ada sekitar 32,39 juta penduduk usia lebih dari 65 tahun. Lansia akan mengalami kondisi immunosenescence dimana terjadi penurunan kekebalan tubuh pada seseorang sehingga respon imun tubuh terhadap penurunan kekebalan tubuh pada seseorang sehingga respon imun tubuh terhadap pertahanan infeksi kuman dan virus menurun. Akibatnya, lansia lebih mudah terkena infeksi dan bahkan sering disertai dengan komplikasi yang berat. Selain itu, bila sudah terinfeksi, pengendalian penyakitnya akan sulit sehingga meningkatkan angka kesakitan serta kematian. Oleh karena itu, diperlukan adanya aspek promotive dan preventif pada pelayanan kesehatan lansia.

Para lansia di daerah ini menghabiskan masa tuanya di rumah bersama keluarga karena belum adanya panti jompo. Mereka hanya mengisi waktu luang dengan kegiatan ringan di dalam rumah yang belum tentu dapat meningkatkan kesehatan sedangkan pengetahuan tentang arti penting menjaga kesehatan dan cara mencegah penyakit hanya diperoleh dari lingkungan keluarga. Padahal tidak semua keluarga di daerah ini mempunyai pengetahuan tentang kesehatan yang memadai. Kesadaran tentang arti penting upaya preventif terhadap penyakit juga belum mendapat perhatian serius. Selama ini kesadaran mereka terbatas pada upaya pengobatan jika sudah terserang penyakit.

Salah satu solusi yang tepat adalah dengan mengadakan pelatihan dan pembinaan untuk upaya preventif terhadap penyakit. Para lansia yang tinggal di rumah dapat dilatih berbagai macam aktifitas yang bermanfaat bagi kesehatan mereka. Salah satu aktivitas yang mudah dilakukan adalah pengolahan dan pemanfaatan bengkoang. Kegiatan ini tidak membutuhkan tempat dan peralatan yang banyak. Kandungan dalam benkoang ini antara lain betalain berperan sebagai senyawa fitoestrogen, vitamin C dan senyawa fenol yang dapat berfungsi sebagai sumber antioksidan bagi tubuh. Sehingga dengan adanya program ini dapat meningkatkan kesehatan serta angka harapan hidup para lansia.

1.2 Permasalahan Mitra

1.2.1 Tidak adanya kegiatan lansia di rumah

1.2.2 Upaya preventif yang masih kurang