

Edukasi Penanganan Penyakit Rematik Pada Lansia Di Kota Kupang

Indriati Andolita Tedju Hinga¹, Maria Magdalena Dwi Wahyuni², Febriana Abuk Bria³, Reinad Djapaheo⁴, Puja Maria Princes Lainurak⁵, Dyon Ongky Neonane⁶, Rildon Satrio Wohangara⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Nusa Cendana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis : Febriana Abuk Bria

E-mail : febrianaabukbria24@gmail.com

Abstrak

Penyakit rematik merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lansia dan berdampak pada kualitas hidup mereka. Akan tetapi pengetahuan masyarakat, khususnya para lansia umumnya masih rendah, mengenai gejala, faktor risiko, serta pencegahan dan penanganan penyakit ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang penyakit rematik. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah fokus grup diskusi (FGD) dengan alat bantu media video edukasi. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan dengan secara personal pada sasaran 12 orang lansia. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan pre-test sebelum pemutaran video dan post-test setelahnya untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 48,5 % pada pre-test menjadi 99,5 % pada post-test, yang berarti terjadi peningkatan sebesar 51 %. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi melalui video sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang penyakit rematik. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis audiovisual yang dilakukan secara personal dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan lansia, khususnya terkait penyakit rematik.

Kata kunci - rematik, lansia, edukasi kesehatan

Abstract

Rheumatic disease is one of the health problems experienced by many elderly people and has an impact on their quality of life. However, the knowledge of the community, especially the elderly, regarding the symptoms, risk factors, and prevention and treatment of this disease is still low. This community service activity aims to increase the knowledge of the elderly about rheumatic diseases. The method used in this activity is focus group discussion (FGD) with educational video media tools. The implementation of counseling was carried out personally on the target of 12 elderly people. Evaluation of the success of the activity was carried out with a pre-test before playing the video and a post-test afterwards to measure the increase in knowledge. The results of the activity implementation showed an increase in knowledge scores from an average of 48.5% in the pre-test to 99.5% in the post-test, which means an increase of 51%. These results show that education through videos is very effective in increasing the understanding of the elderly about rheumatic diseases. This activity shows that a personalized audiovisual-based educational approach can be an effective strategy to improve the health literacy of the elderly, especially related to rheumatic diseases.

Keywords - rheumatism, elderly, health education

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular khususnya degeneratif menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi atensi kuat, mengingat masalah tersebut terus meningkat sehingga menunjukkan adanya tantangan besar dalam sistem kesehatan masyarakat Indonesia (Mutianingsih et al., 2022). Salah satu jenis penyakit degeneratif yang banyak dialami oleh kelompok lanjut usia adalah rematik.

Rematik, atau yang secara medis dikenal sebagai *rheumatoid arthritis (RA)*, adalah penyakit autoimun yang ditandai dengan peradangan sistemik kronis dan bersifat progresif dan menyerang persendian. Kondisi ini terjadi akibat sinovitis, yaitu peradangan pada lapisan sinovial yang melapisi sendi. Beberapa faktor risiko yang dapat memicu rematik antara lain, jenis kelamin, faktor genetik dan kebiasaan merokok (Cotimah & Lidiana, 2023).

Gejala rematik umumnya berkembang secara bertahap penderita rematik umumnya mengalami gejala seperti kekakuan sendi di pagi hari yang berlangsung selama kurang lebih 15 menit akibat perubahan pada struktur sendi. Selain itu dapat terjadi pembesaran atau perubahan bentuk sendi (deformitas) (Siffa & Wardhani, n.d.), perubahan pola berjalan, serta tanda-tanda peradangan saat ditekan, keterbatasan gerak, rasa hangat yang merata, dan kemerahan pada area sendi. Nyeri biasanya memburuk saat beraktivitas dan mereda ketika beristirahat. Rasa nyeri ini juga bisa muncul akibat pergerakan atau tekanan berat karena adanya perubahan bentuk sendi (Desmonika et al., 2022). Tingginya beban yang ditimbulkan oleh penyakit ini tidak hanya terjadi di tingkat individu, tetapi juga menjadi masalah kesehatan secara global.

Menurut artikel yang dikutip oleh (Syamsudin 2021 dalam Maura et al., 2024) rematik merupakan penyakit yang banyak menyerang populasi global. Hal ini sejalan dengan data WHO pada tahun 2016 yang mencatat sekitar 335 juta orang di seluruh dunia menderita rematik, dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga tahun 2025. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2020, jumlah penderita rematik di Indonesia mencapai sekitar 36,5 juta orang. Prevalensi tertinggi terdapat pada kelompok usia di atas 75 tahun sebesar 58,8%, disusul oleh usia 65–74 tahun sebesar 51,9%, usia 55–64 tahun sebesar 45,0%, dan usia 45–54 tahun sebesar 37,2%.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2015, NTT mengalami penyakit artritis reumatoid sebanyak 3,99%, pada tahun 2016 sebanyak 4,98% dan pada tahun 2017 sebanyak 28,387% lansia yang mengalami artritis reumatoid. Berdasarkan hasil pengambilan data awal lansia yang menderita penyakit Artritis Reumatoid pada bulan Januari-Maret 2020 di wilayah kerja Puskesmas Tarus di dapatkan data jumlah lansia sebanyak 63 orang Lansia.

Tingkat pengetahuan masyarakat, khususnya lansia, mengenai rematik masih tergolong rendah. Banyak penderita yang tidak menyadari gejala awal (Silaban, 2016), tidak memahami faktor risiko, serta tidak mengetahui langkah-langkah pencegahan dan penanganan yang tepat. Minimnya pemahaman ini dapat menyebabkan keterlambatan dalam pengobatan, penggunaan obat yang tidak sesuai, hingga meningkatkan risiko komplikasi jangka Panjang. Oleh karena itu, edukasi kesehatan mengenai penyakit rematik sangat dibutuhkan terutama bagi kelompok usia 60 tahun ke atas yang mulai rentan mengalami perubahan fisik. Pemberian edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan sikap lansia terhadap pencegahan serta pengelolaan penyakit rematik secara mandiri dan berkelanjutan. Kegiatan pengabdian ini menjadi salah satu bentuk intervensi langsung yang efektif untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode fokus grup diskusi (FGD) dengan alat bantu media video edukasi. Pelaksanaan penyuluhan diberikan secara personal pada sasaran 12 orang lansia. Kegiatan dilaksanakan di lingkungan domisili para lansia secara door-to-door pada waktu yang telah disepakati. Pendekatan individu dipilih untuk menciptakan suasana yang nyaman, memungkinkan interaksi dua arah, serta menyesuaikan kecepatan pemahaman para lansia sebagai partisipan kegiatan terhadap materi yang disampaikan.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

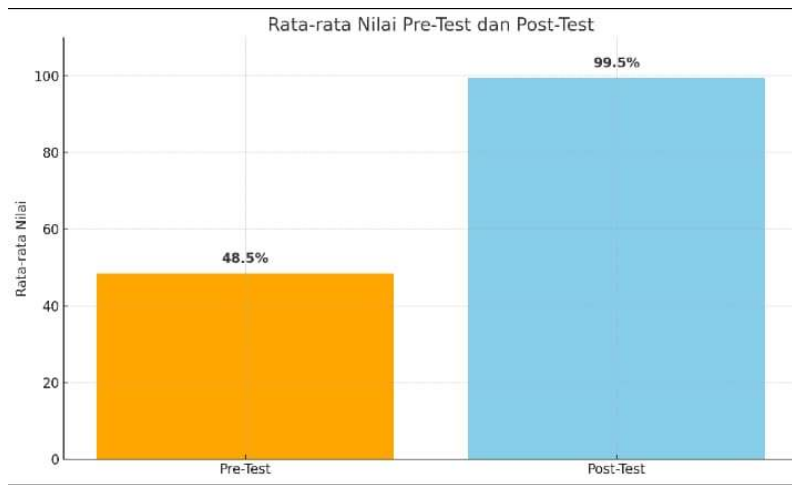
Materi edukasi mencakup pengenalan penyakit rheumatoid arthritis (rematik) , meliputi definisi, faktor risiko, gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan penanganan awal. Materi disampaikan menggunakan video edukatif berdurasi 5-10 menit. Video dirancang secara sederhana dan komunikatif sesuai dengan karakteristik lansia sebagai partisipan kegiatan. Video ditayangkan menggunakan gadget atau tablet secara langsung di hadapan para lansia sebagai partisipan kegiatan.

Sebelum memutar video, lansia sebagai partisipan kegiatan diberikan pre-test berupa kuesioner singkat untuk mengukur pengetahuan awal tentang rematik. Setelah sesi edukasi dengan metode fokus grup diskusi bersama para lansia dan keluarga yang mendampingi para lansia sebagai partisipan dalam kegiatan ini, dilanjutkan dengan post-test dengan kuesioner yang sama untuk mengevaluasi tingkat keberhasilan kegiatan. Kuesioner terdiri dari pertanyaan pilihan ganda sebanyak 10 pertanyaan, yang mencakup aspek pengetahuan tentang gejala, faktor risiko, dan pencegahan rematik.

Hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis secara deskriptif untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan. Selain itu, dilakukan sesi tanya jawab dan diskusi singkat guna memperkuat pemahaman serta mendorong para lansia sebagai partisipan kegiatan untuk menerapkan informasi yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test dalam kegiatan pengabdian di dapatkan nilai rata-rata dari pre-test ya 48,5%. Setelah di berikan video edukasi terkait penyakit rematik pada para lansia, kemudian lansia sebagai partisipan kegiatan di berikan post-test dan mendapatkan nilai rata-rata 99,5%. Hal ini menunjukkan ada pengaruh ketikah di berikan edukasi melalui pemutaran video. Sesudah para lansia berikan edukasi ini mereka mengalami peningkatan sebesar 51% dari hasi ini menunjukkan bahawa sebagian lansia di kota kupang mengalami peningkatan pengetahuan tentang penyakit rematik sesudah di berikan edukasi. Berdasarkan hasil analisi yang telah di lakukan, menunjukan bahawa edukasi penyakit rematik di kota kupang efektif dan mencapai tujuan yang di harapkan.



Gambar 1.

Hasil Evaluasi Kegiatan Penanganan Penyakit Rematik Pada Lansia di Kota Kupang

Agar hasil penyuluhan bisa bertahan dan dirasakan oleh lebih banyak lansia, program ini sebaiknya dilakukan lagi di tempat lain dengan menyesuaikan bahasa dan kebiasaan daerah setempat. Gunakan juga poster dan buku panduan sederhana, beri pengingat secara rutin lewat media yang

mudah diakses, lalu lakukan pengecekan kembali setelah 3 dan 6 bulan untuk mengetahui apakah lansia masih ingat materi yang diberikan, apakah ada perubahan kebiasaan, dan apakah ada kesulitan yang mereka hadapi.



Gambar 2.

Pelaksanaan Kegiatan Penanganan Penyakit Rematik Pada Lansia di Kota Kupang

KESIMPULAN

Pelaksanaan edukasi penanganan penyakit rematik menggunakan video edukatif secara individu pada lansia di Kota Kupang berhasil meningkatkan rata-rata skor pengetahuan dari 48,5 % menjadi 99,5 %, atau mengalami peningkatan sebesar 51 %. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan audiovisual dalam menjelaskan definisi, faktor risiko, gejala, serta langkah pencegahan dan penanganan awal penyakit rematik efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia karena video dapat di putar berulang-ulang kali sehingga responden terpapar dengan baik mengenai informasi yang diberikan. Alat bantu media edukatif dalam penyuluhan memudahkan pemahaman serta memacu keterlibatan lansia dalam sesi edukasi. Diperlukan kesinambungan program edukasi kesehatan kepada lansia secara berkala guna memperkuat pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku dalam pencegahan serta penanganan rematik. Praktisi Kesehatan, Puskesmas, kader kesehatan, dan keluarga diharapkan dapat berperan aktif dalam mendampingi lansia untuk menerapkan informasi yang telah diperoleh. Selain itu, media edukatif yang digunakan dapat terus dikembangkan agar lebih menarik dan mudah dipahami oleh seluruh kalangan lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan ini, para lansia dan keluarga sebagai partisipan kegiatan yang sudah berpartisipasi aktif pada pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Cotimah, L. K., & Lidiana, E. H. (2023). Penerapan Senam Rematik Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sambi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 239–252.
- Desmonika, C., Liasari, D. E., & Prasetyo, R. (2022). Penyuluhan kesehatan senam rematik lansia. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 2(2), 77–84.
- Jelviyani T. F. M., Yohanes. D. (2023). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Arthritis Reumatoid Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang. *CHMK Health Journal*, 484.
- Maura, S. B. S., Tresya, E., & Agustina, M. (2024). Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Nyeri Rematik pada Lansia. *Journal of Nursing Education and Practice*, 3(3), 76–82.

- Mustiur N. & Aslin A. S. (2025). Senam Rematik Pada Lansia Di Pondok Maa`rif Muslimin Kecamatan Padangsidempuan Utara Kota Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AuFa (JPMA)*
- Mutianingsih, R., Muliani, S., Supiana, N., Safinatunnaja, B. Q., Munawarah, Z., & Mawaddah, S. (2022). Penyuluhankesehatandalamsiklushidupperempuan. *Penerbit NEM*.
- Siffa, S. K., & Wardhani, R. R. (n.d.). Manajemen Fisioterapi pada Nyeri Osteoarthritis Knee. *Muhammadiyah University Press*.
- Silaban, N. Y. (2016). Gambaran Pengetahuan Penderita Rematik Tentang Perawatan Nyeri Sendi di Dusun I Desa Sunggal Kanan Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 2(1), 46–55.
- Tina Y. F., Ariyanto (2020). PKM Kelompok Lanjut Usia Dalam Patalaksanaan Rematik Di panti Sosial Tresna Budi Luhur. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 45