



# LANSIA TERAWAT, INDONESIA BERMARTABAT

Hari Lanjut Usia Nasional 2024

dr. Indah Serinurani Effendi  
dr. Nefita Tiara Riska  
dr. Rahmatan Lil Alamin



47,71

LAKI-LAKI



52,29

PEREMPUAN

**TERDAPAT 9,92% (26,82 JUTA)  
LANSIA DI INDONESIA**

TIPE DAERAH



PERKOTAAN

52,95



PERDESAAN

47,05

KELOMPOK UMUR



LANSIA MUDA (60-69)

64,29



LANSIA MADYA (70-79)

27,23



LANSIA TUA (80+)

8,49

# MATERI

1

**Apa itu Lansia dan Apa yang perlu diketahui**

2

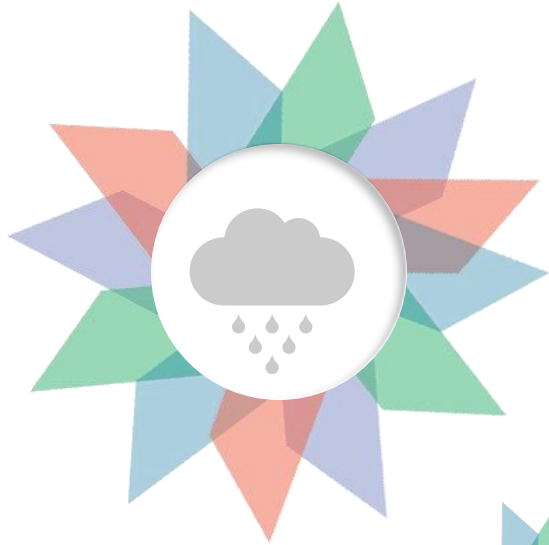
**Masalah yang sering dihadapi pada pasien Lansia**

3

**Penanganan Masalah Lansia**

4

**Penutup**

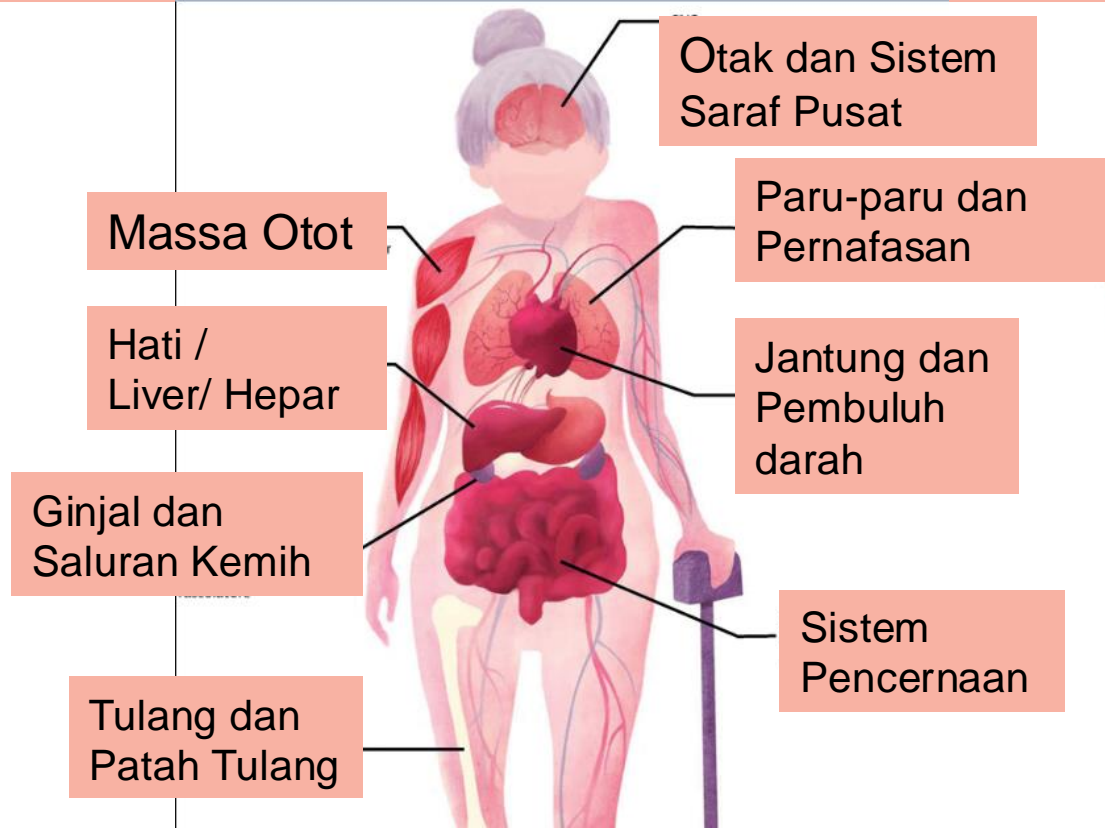


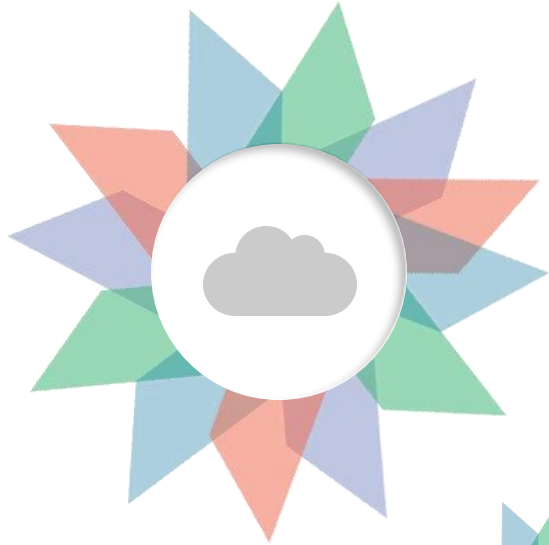
**Apa itu Lansia?  
Apa yang perlu  
diketahui?**

# Lansia Adalah...

- Seseorang yang telah **berusia  $\geq 60$  tahun**
- Mungkin **sudah memiliki banyak penya kit** ataupun berisiko memiliki penyakit
- Bila dalam kondisi sehat, **masih produktif dan mampu beraktifitas mandiri**
- Bisa hidup lebih lama dan **momong cucu**

# Perubahan yang Terjadi pada Pasien Lansia






# Masalah yang ditemui pada lansia



# Masalah yang Dihadapi oleh Lansia

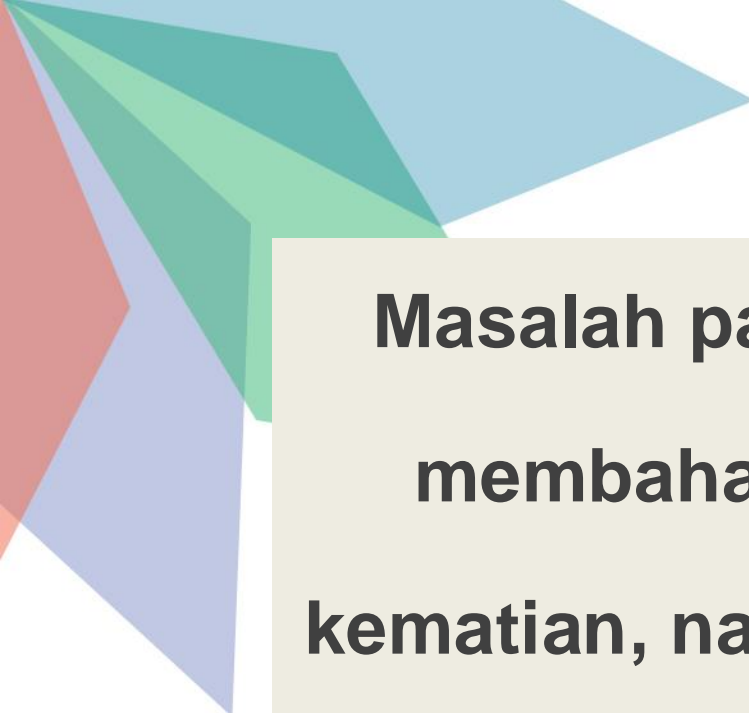
## Permasalahan Kesehatan yang Sering Dihadapi :

- ❖ Infeksi paru-paru
  - ❖ Paru-paru molor
  - ❖ Jantung bengkak
  - ❖ Radang sendi
  - ❖ Infeksi saluran kencing
  - ❖ Diabetes
  - ❖ Darah tinggi
- 




# Masalah Lansia Secara Umum

1. Berkurangnya kemampuan gerak
2. Tidak stabil, mudah jatuh dan patah tulang
3. Mengompol)
4. Infeksi
5. Gangguan fungsi panca indera)
6. Gangguan gizi
7. Masalah akibat tindakan medis
8. Gangguan tidur
9. Gangguan fungsi kognitif/ intelektual
10. Isolasi/menarik diri
11. Berkurangnya kemampuan keuangan
12. Konstipasi/ gangguan BAB
13. Gangguan sistem imun
14. Gangguan fungsi seksual



**Masalah pada Lansia tidak selalu membahas terkait pencegahan kematian, namun menjaga agar tetap aktif dan memperbaiki kualitas hidup**



# Langkah Selanjutnya : Wawancara Kesehatan yang Menyeluruh

## A. RIWAYAT KELUARGA

- Nama suami/istri : \_\_\_\_\_ orang
- Jumlah anak : \_\_\_\_\_ orang
- Jumlah cucu : \_\_\_\_\_ orang
- Jumlah cicit : \_\_\_\_\_ orang
- Jumlah anak /keluarga yang tinggal serumah atau terdekat : \_\_\_\_\_ orang

## B. RIWAYAT PEKERJAAN

Tempat Kerja	Tahun	Jenis Pekerjaan	Jabatan

Coret yang tidak perlu\*

## C. RIWAYAT PENYAKIT KELUARGA

- |                                    |                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Kencing manis : Ya/Tidak        | 6. Stroke : Ya/Tidak                |
| 2. Tekanan darah tinggi : Ya/Tidak | 7. Anemia : Ya/Tidak                |
| 3. Kanker : Ya/Tidak               | 8. Penyakit paru menahun : Ya/Tidak |
| 4. Asma : Ya/Tidak                 | 9. Pikun/demensia : Ya/Tidak        |
| 5. Penyakit Jantung : Ya/Tidak     | 10. Percobaan bunuh diri : Ya/Tidak |
| 11. Lain-lain (sebutkan) : _____   |                                     |

## D. RIWAYAT ALERGI

### 1. OBAT-OBATAN

- Penisilin : Ya/Tidak
- Streptomycin : Ya/Tidak
- Sulfa : Ya/Tidak
- Aspirin : Ya/Tidak
- Antalgin : Ya/Tidak
- Lain-lain (sebutkan): \_\_\_\_\_



### 2. MAKANAN -MINUMAN

- |                              |  |                         |   |
|------------------------------|--|-------------------------|---|
| Udang :<br>Ya/Tidak          |  | Ikan laut :<br>Ya/Tidak |  |
| Kepiting :<br>Ya/Tidak       |  | Telur:<br>Ya/Tidak      |  |
| Cumi-cumi :<br>Ya/Tidak      |  | Susu :<br>Ya/Tidak      |  |
| Lain-lain (sebutkan) : _____ |  |                         |   |

### 3. PENYEBAB LAIN

- Debu : Ya/Tidak
- Dingin : Ya/Tidak
- Lain-lain (sebutkan): \_\_\_\_\_

### 4. PENYAKIT ALERGI YANG DIDERITA

- Asma : Ya/Tidak
- Eksim : Ya/Tidak
- Lain-lain (sebutkan): \_\_\_\_\_

## E. ANALISIS TEMPAT TINGGAL

- Lantai rumah :
  - Bahan :  Tanah  Kayu  Semen  Ubin  Keramik  Lain-lain
  - Keadaan :  Ketinggian tidak sama  Basah  Licin  Tidak licin  .....
- Sumber penerangan :  Ada  Tidak ada  Cukup  Tidak cukup
- Sumber ventilasi udara :  Ada  Tidak ada
- Sumber air bersih :  Ada  Tidak ada
- Kamar mandi :
  - Lantai :  Licin  Tidak licin  Ketinggian tidak sama
  - Kloset/jamban :  Duduk  Jongkok
  - Pegangan :  Ada  Tidak ada
  - Jarak ke tempat tidur : \_\_\_\_\_ meter
- Tangga :  Ada  Tidak ada  Curam  Tidak curam
- Pegangan :  Ada  Tidak ada

## F. IMUNISASI

Jenis Imunisasi	Tgl/Tahun	Keterangan
Influenza		
Meningitis		
Pneumonia		
Lain-lain (sebutkan) :		

# Langkah Selanjutnya : Wawancara Kesehatan yang Menyeluruh

## G. PENYAKIT/MASALAH KESEHATAN YANG PERNAH ATAU SEDANG DIDERITA

Nama Penyakit/Masalah	Ada	Tidak	Thn.....s/d.....	Keterangan
Tekanan darah tinggi (hipertensi)				
Penyakit Kencing manis (diabetes)				
Stroke				
Penyakit paru-paru				
Penyakit jantung				
Penyakit lambung (maag)				
Asma Bronkial				
Penyakit ginjal dan saluran kemih				
Pembesaran prostat				
Kanker				
Penyakit kuning (hepatitis)				
Penyakit sendi (arthritis)				
Asam urat				
Keropos tulang (osteoporosis)				
Gangguan penglihatan				
Gangguan pendengaran				
Gangguan gigi dan mulut				
Gangguan BAK/BAB				
Kecemasan				
Susah tidur (insomnia)				
Depresi				
Mudah tersinggung/pemarah				
Perubahan perilaku				
Mudah lupa				
Mudah berdebar-debar				
Anemia (Lemah, Letih, Lesu, Lelah, Lunglai)				

## H. JENIS OPERASI YANG PERNAH DIALAMI

Jenis Operasi	Tahun

## I. RAWAT INAP DI PUSKESMAS, RUMAH SAKIT, DLL

Tempat	Penyakit Yang Diderita	Tahun	Lama Perawat

## J. PERAWATAN DI RUMAH (HOME CARE)/PANTI/NURSING C

Tempat	Penyakit Yang Diderita	Tahun

## K. OBAT-OBATAN YANG SEDANG DIGUNAKAN ATAU DIGUNAKAN DALAM JANGKA WAKTU LAMA

Dengan Resep Dokter	Tanpa Resep Dokter*	Dosis Pemakaian	Lama Pemakaian

\*Suplemen/herbal/obat yang dibeli sendiri

## L. KEBIASAAN SEHARI-HARI

### 1. KEBIASAAN UMUM

Kebiasaan	Ya	Tidak	Keterangan
Latihan fisik secara teratur			x/minggu
Kebiasaan makan sayur dan buah			x/hari
Minum air putih			gelas/hari
Minum kopi/air teh			x/hari
Kebiasaan penggunaan pemanis			x/hari
Kebiasaan minum jamu			Sebutkan :
Kebiasaan menyirih/mengingat			x/minggu
Konsumsi minuman yang beralkohol			gelas/hari
Merokok			batang/hari
Lain-lain (sebutkan) :			

# Langkah Selanjutnya : Wawancara Kesehatan yang Menyeluruh

## 2. RIWAYAT POLA MAKAN

a. Riwayat pola makan setiap hari dalam 24 jam terakhir

Waktu dan pembagian makan sehari	Menu makanan	Bahan makanan	Jumlah		Kandungan Zat gizi				
			URT	Berat (gram)	Energi (kkal)	Karbohidrat (gram)	Protein (gram)	Lemak (gram)	
<b>Pagi Jam 06.00-08.00</b>									
Makanan pokok									
Hewani									
Nabati									
Sayuran									
Buah									
Minyak									
Gula									
Garam									
<b>Selingan Jam 10.00</b>									
Makanan selingan									
<b>Siang Jam 12.00-13.00</b>									
Makanan pokok									
Hewani									
Nabati									
Sayuran									
Buah									
Minyak									
Gula									
Garam									
<b>Selingan Jam 16.00</b>									
Makanan selingan									
<b>Malam Jam 18.00-19.00</b>									
Makanan pokok									
Hewani									
Nabati									
Sayuran									
Buah									
Minyak									

## M. AKTIVITAS SOSIAL YANG DILAKUKAN

Jenis Aktivitas	Frekuensi

## N. KELUHAN SAAT INI

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Langkah Selanjutnya : Pemeriksaan Kesehatan yang Menyeluruh



Penilaian Berat badan, Tinggi badan, Lingkar Perut

Periksa Nadi, Tekanan Darah, Suhu Badan, Laju nafas

# Pemeriksaan Fisik Lengkap

- A. Pemeriksaan Kepala Leher, Dada, Tulang Punggung, Perut, Genitalia, Anus dan Anggota Gerak
- B. Pemeriksaan Fungsi Mental : Emosi, Skala Depresi Geriatri, Daya Ingat, Daya Pikir, Berbahasa, Gangguan Prilaku, Kemampuan Menggambar
- C. Test Kebugaran
- D. Test Risiko Jatuh
- E. Pemeriksaan Status Gizi
- F. Penilaian Tingkat Kemandirian







The slide features decorative geometric shapes. In the top-left corner, there are several overlapping triangles in shades of blue, green, and purple. In the bottom-right corner, there are overlapping triangles in shades of grey.

# **Contoh Penanganan Masalah**



# Mengompol

Dari 100 orang lansia ada 15-30 orang yang mengeluhkan mengompol.

# Mengompol

- **Apa itu mengompol?**
  - Kesulitan menahan berkemih sampai mencapai toilet.
  - Keluarnya air kencing yang tidak diharapkan.
  - Hilangnya pengendalian berkemih.
  - Celana dalam basah.
- **Definisi Keparahan selama ini**
  - Sekali atau lebih.
  - Dua kali atau lebih.
  - Tiga kali atau lebih.
  - Menyebabkan masalah sosial atau kebersihan.

## PENYEBAB MENGOMPOL

D

Delirium

I

Infeksi Saluran Kemih

A

Atrofi/ kelemahan otot

P

Efek Obat-obatan

P

Gangguan Psikologi

E

Gangguan Hormon

E

Kencing Banyak

S

Impaksi Tinja

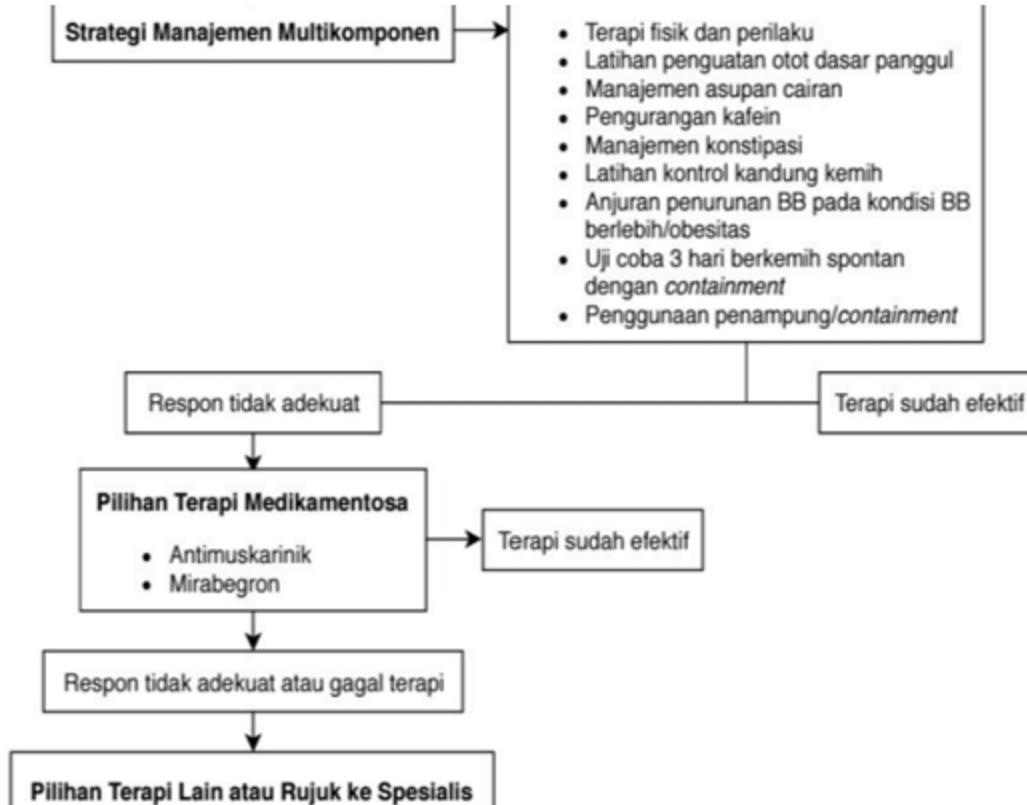
1. Edukasi
2. Latihan Fisik
3. Obat-obatan

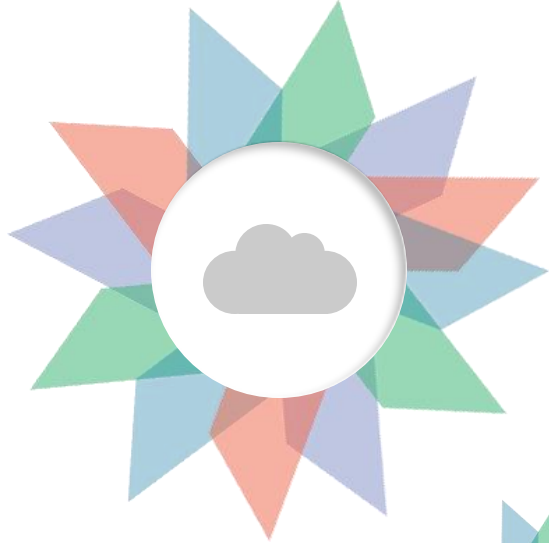


# Terapi



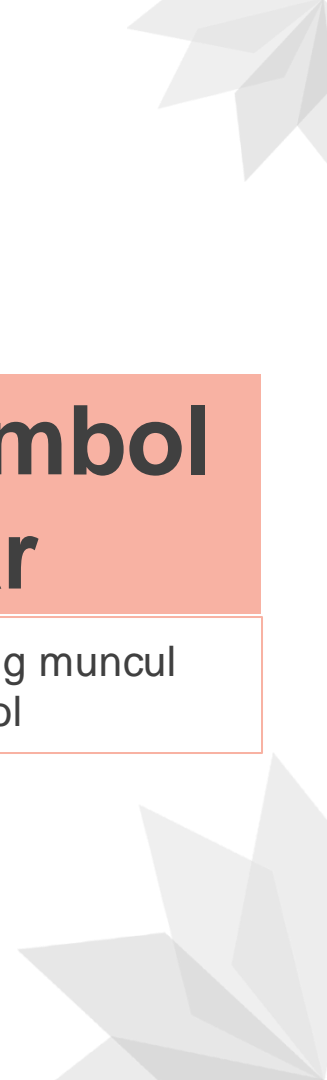
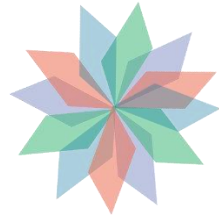
# Pilihan Terapi





# **Ngebrok / Nggembol / BAB tidak sadar**

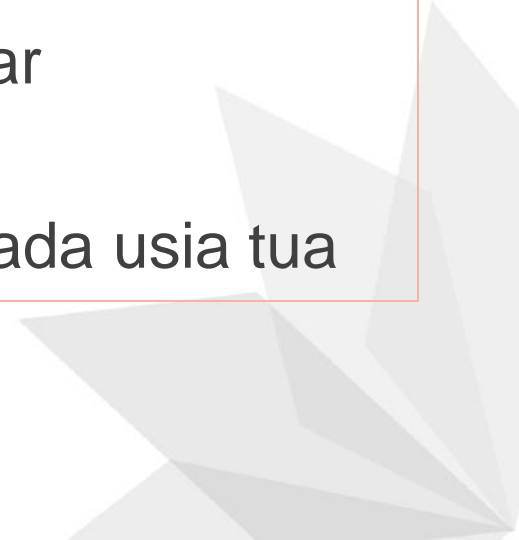
Lebih jarang ditemukan namun sering muncul  
bersama dengan mengompol







# Penyebab Nggembol

1. Karena konstipasi/ sulit BAB
  2. Penyakit pada usus besar
  3. Gangguan Saraf
  4. Hilangnya refleks anal pada usia tua
- 

1. Edukasi
2. Latihan Fisik
3. Obat-obatan

# Terapi



The image features a white background with decorative geometric shapes. In the top-left corner, there is a cluster of overlapping triangles in shades of blue, green, and purple. In the bottom-right corner, there is a cluster of overlapping triangles in shades of grey. A solid orange horizontal bar is positioned in the middle-right section of the page.

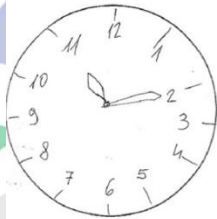
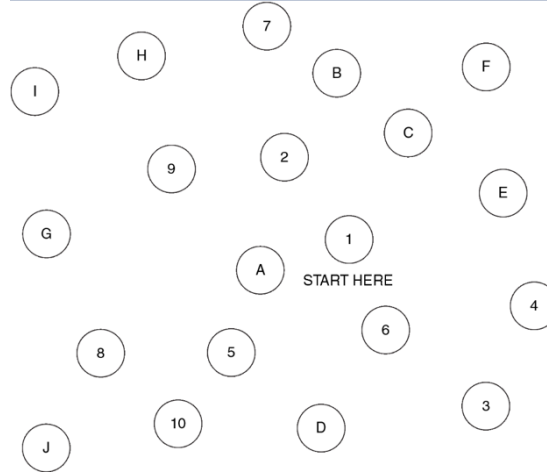
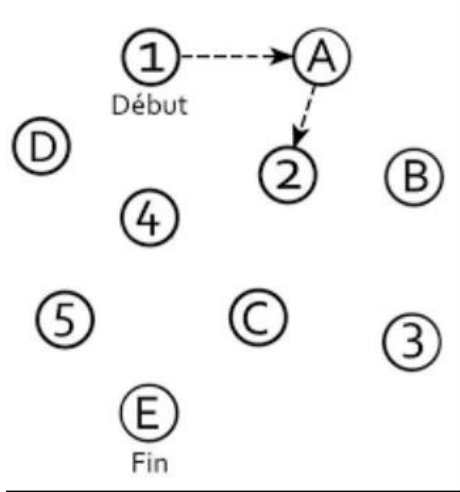
# Demensia

# Gangguan Fungsi Daya Luhur Otak

- Perhatian/ Fokus
- Daya belajar
- Daya ingat
- Daya pikir, bahasa, perseptual-motorik, dan Kognisi social

Dikatakan signifikan apabila **mengganggu kegiatan seharian se seorang sehingga dibutuhkannya bantuan**

# Macam-macam Tes



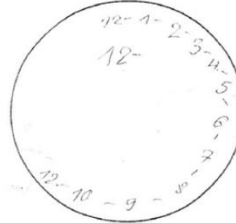
Score 1



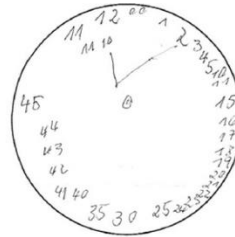
Score 2



Score 3



Score 4



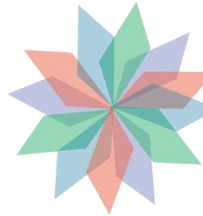
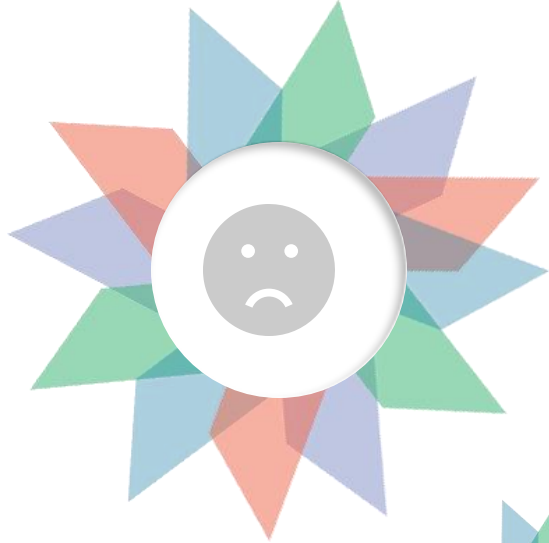
Score 5



Score 6

Pass

Fail



# Depresi Pada Lansia



- Depresi pada lansia, atau biasa disebut depresi geriatri adalah penyakit atau gangguan mental pada orang lanjut usia. Emosi dan mood sedih yang terjadi beberapa kali memang normal. Namun, kalau berkepanjangan bukanlah hal yang normal bagi lansia sekalipun.

# Depresi

- Perasaan tertekan pada sebagian besar waktu, hampir setiap hari
- Kehilangan ketertarikan atau kesenangan pada sejumlah aktivitas, hampir setiap hari
- Penurunan/peningkatan berat badan atau perubahan selera makan yang signifikan ketika tidak melakukan diet
- *Sulit tidur* hampir setiap hari
- Cemas dan gelisah
- Kelelahan atau kehilangan tenaga hampir setiap hari
- Merasa tidak berharga atau memiliki rasa bersalah yang berlebihan hampir setiap hari
- Penurunan kemampuan berpikir atau konsentrasi, sulit menentukan pilihan, hampir setiap hari.
- Pikiran tentang kematian yang berulang, pikiran tentang bunuh diri yang berulang, baik tanpa rencana atau dengan rencana yang jelas dalam bunuh diri



Dukungan Keluarga



Terapi Kelompok, adanya tempat berkumpul





**Thank you**

