PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN MATA PADA LANSIA DI KOTA SEMARANG

***Aninda Putri, Dewi Sari Rochmayani**

Universitas Widya Husada Semarang

Alamat Email korespondensi: anindaputri0306@gmail.com

Diterima: 18 Des 2023 Direvisi: 2 Jan 2024 Disetujui: 15 Feb 2024 Dipublikasikan: 16 Feb 2024

ABSTRAK

Kesehatan mata pada lanjut usia (lansia) umumnya terjadi karena kemampuan mata untuk secara aktif berfokus pada objek yang dekat perlahan-lahan berkurang dikarenakan usia. Di desa Kedung Jangan, Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen selama ini mempunyai kegiatan posyandu lansia, namun hanya sebatas melakukan kegiatan senam lansia dan pemeriksaan tekanan darah, kolesterol dan asam urat. Dari studi pendahuluan 10 lansia tidak mengetahui tentang kesehatan mata dan belum pernah mendapatkan pemeriksaan mata dan banyak yang mengeluh mengalami gangguan penglihatan. Mengingat pentingnya kesehatan mata pada lansia yang akan berdampak bagi kondisi lansia secara umum, maka sangat perlu untuk dilakukan pemberian informasi terkait kesehatan mata pada lansia. Metode yang dilakukan adalah dengan memberikan informasi tentang kesehatan mata, pemeriksaan tajam penglihatan (visus), dan pemberian *frame* kacamata secara gratis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti sebanyak 50 lansia, dari mulai mengerjakan soal pre test, penyampaian materi, dan mengerjakan post test. Sebelum diberikan pengetahuan sebagian besar subyek belum memahami deteksi dini gangguan penglihatan, hal ini ditunjukkan dengan skor pengetahuan baik sebelumnya 0% menjadi 75%, skor pengetahuan cukup sebelumnya 16% menjadi 23% dan skor pengetahuan kurang sebelumnya 84% turun menjadi 2%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mata pada lansia di Kedung Jangan Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang. Setelah kegiatan ini diharapkan agar para lansia yang mengikuti kegiatan ini dapat menyebarluaskan pengetahuan kepada masyarakat di sekitarnya terutama para lansia.
Kata kunci**:** lansia; kesehatan mata.

ABSTRACT

Eye health in the elderly generally occurs because the eyes' ability to actively focus on close objects slowly decreases due to age. In the village of Kedung Jangan, Purwosari sub-district, Mijen sub-district, there have been posyandu activities for the elderly, but only limited to carrying out exercise activities for the elderly and checking blood pressure, cholesterol, and uric acid. From the preliminary study, 10 elderly people did not know about eye health and had never had an eye examination and many complained of experiencing vision problems. Considering the importance of eye health in the elderly which will have an impact on the condition of the elderly in general, it is very necessary to provide information regarding eye health in the elderly. The method is by providing information about eye health, checking visual acuity (visus), and providing free eyeglass frames. This community service activity was attended by 50 elderly people, starting from working on pre-test questions, delivering material, and working on post-tests. Before being given the knowledge, most of the subjects did not understand the early detection of visual impairment, this was shown by a previous good knowledge score of 0% to 75%, a sufficient previous knowledge score of 16% to 23%, and a poor previous knowledge score of 84% down to 2%. This shows that there is an increase in knowledge about eye health in the elderly in Kedung Jangan, Purwosari Village, Mijen District, Semarang City. After this activity, it is hoped that the elderly who take part in this activity can disseminate knowledge to the surrounding community, especially the elderly.
Keywords: elderly; eye health.

PENDAHULUAN

Keberadaan lansia dikaitkan dengan perhitungan rasio ketergantungan, yang merupakan perbandingan antara penduduk usia produktif dengan non produktif termasuk di dalamnya adalah lansia (Utomo, 2019). Saat ini, di seluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Di negara maju seperti Amerika Serikat pertambahan orang lanjut usia + 1000 orang per hari pada tahun 1985 dan diperkirakan 50% dari penduduk berusia di atas 50 tahun sehingga istilah *Baby Boom* pada masa lalu berganti “ledakan penduduk lanjut usia” (Bandiyah, 2009). Seiring meningkatnya usia

harapan hidup maka prevalensi gangguan penglihatan ini akan cenderung semakin meningkat (Munandar and Khairani, 2016). Lanjut usia mempunyai masalah dengan fungsi fisiologis tubuhnya. Salah satunya perubahan sensoris yang ditandai dengan masalah penglihatan yaitu penurunan penglihatan yang terjadi seiring proses penuaan (Stanley and Beare, 2006).

Penglihatan jarak dekat dan jarak jauh semakin menurun karena berkurangnya fleksibilitas lensa, yang membatasi kemampuan untuk mengakomodasi. Lensa yang tidak fleksibel terkait usia menyebabkan presbiopia yang meningkatkan kesulitan dalam melihat dengan jelas pada jarak dekat misalnya dalam jangkauan lengan. Hal ini terjadi secara alami diluar dari kelainan refraksi lainnya pada sekitar usia 40 dan seterusnya (Dana, 2020). Lanjut usia merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia. Pada lanjut usia dan atau keluarganya (istilah 14 I), di antara 14 masalah itu, salah satunya adalah gangguan penglihatan. Gangguan penglihatan bisa disebabkan gangguan refraksi, katarak, atau komplikasi dari penyakit lain misalnya DM, HT dll, penatalaksanaan dengan memakai alat bantu kacamata atas dengan operasi pada katarak (Rahayu and Ardia, 2019).

Gangguan penglihatan menjadi perhatian tidak hanya di Indonesia, tetapi di seluruh dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, penyebab paling umum yang diketahui dari gangguan penglihatan secara global adalah 53% kesalahan refraksi yang tidak terkoreksi, 25% katarak tidak sehat dan 4% degenerasi makula. Indonesia memiliki prevalensi kebutaan dan gangguan penglihatan tertinggi kedua di dunia, setelah Etiopia. Prevalensi gangguan penglihatan dan kebutaan meningkat sebesar 1,5% di Indonesia, dengan angka tertinggi dibandingkan negara-negara di kawasan Asia Tenggara, yaitu 1% di Bangladesh, 0,7% di India, dan 0,3% di Thailand. Hasil survei *Rapid Assessment of Avoidable Blindness* (RAAB) 2014-2016 di 15 provensi menunjukkan penyebab utama gangguan penglihatan dan kebutaan adalah katarak (70-80%) dan 10-15% kelainan refraksi (Somantri, Pramono and ..., 2022). Kelainan refraksi terjadi karena ketidakmampuan komponen anatomi dan fisiologis mata untuk memfokuskan cahaya ke retina (ametropia) (Cochrane, du Toit and Le Mesurier, 2010). Kelainan refraksi yang diketahui berupa miopia, hipermetropia dan astigmatisme (Ilyas, 2012).

Penurunan penglihatan mungkin merupakan keluhan yang besar bagi lanjut usia, sebab respons-respons perseptual terhadap lingkungan berhubungan dengan rasa aman. Penurunan penglihatan (*low vision*) dan fungsi penglihatan yang dianggap normal seiring proses penuaan termasuk fisiologi penglihatan yang berkurang, penurunan kemampuan mata untuk membaca dan penglihatan warna (Rahayu and Ardia, 2019). Upaya yang telah dilakukan di Indonesia untuk meningkatkan pelayanan kesehatan pada kelompok lansia antara lain dibukanya pelayanan geriatri di rumah sakit, pelayanan kesehatan di puskesmas, pendirian *home care* bagi lansia yang berkebutuhan khusus, dan adanya Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lanjut Usia atau Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) (Amalia *et al.*, 2022). Jenis pelayanan yang diberikan mengandung tiga sifat yaitu preventif, kuratif, dan rehabilitative (Hasbiani, 2022).

Permasalahan yang dihadapi mitra saat ini berdasarkan data dari kader Desa Kedung Jangan, Kelurahan Purwosari pada bulan Mei 2023 terdapat 10 lansia tidak mengetahui tentang kesehatan mata dan belum pernah mendapatkan pemeriksaan mata dan banyak yang mengeluh mengalami gangguan penglihatan. Namun, terdapat keterbatasan informasi, transportasi, dan ekonomi pada masyarakat di desa tersebut. Mengingat pentingnya kesehatan mata pada lansia yang akan berdampak bagi kondisi lansia secara umum, maka diperlukan pemberian informasi melalui kegiatan posyandu lansia di Kedung Jangan, kelurahan Purwosari, sehingga nantinya dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang kesehatan mata.

Manfaat kegiatan ini bagi mitra adalah masyarakat khususnya lansia dapat memahami tentang kesehatan mata, mendapatkan pemeriksaan mata, serta mendapatkan kacamata secara gratis.

METODE

Metode dalam pengabdian masyarakat ini adalah pre test, ceramah, tanya jawab, dan evaluasi:

1) Pre Test
   Para lansia diminta untuk mengerjakan soal pengetahuan tentang kesehatan mata.
2) Ceramah
   Memberikan informasi cara menjaga kesehatan mata, penggunaan dan perawatan kacamata yang tepat kepada lansia.

e-ISSN 2684-7272
p-ISSN 2656-8640

3) Pemeriksaan Mata

Pemeriksaan visus mata dilakukan dengan cara membandingkan tajam penglihatan seseorang dengan orang normal, dengan menggunakan *Optotip Snellen*. Visus *(visual acuity*/tajam penglihatan) merupakan paramater yang menunjukkan tingkat ketajaman penglihatan seseorang. Untuk memeriksa penderita yang tidak mengerti huruf maupun angka (buta aksara) dapat digunakan *Optotip Snellen* jenis *E-chart* (Simarmata *et al.*, 2023). Pada pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan *Opthotype Snellen Chart*. Setiap lansia diminta untuk memakai *trial frame* dan diberi ukuran mulai dari terendah sampai tertinggi dan sampai mata terlihat jelas untuk membaca. Bagi lansia yang memerlukan bantuan penglihatan akan diberikan satu minggu setelah pemeriksaan kacamata.

4) Tanya Jawab

Setelah diberikan informasi tentang Kesehatan mata, dilanjutkan diskusi dan tanya jawab.

5) Evaluasi

Dilakukan sejauh mana kegiatan berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Evaluasi meliputi kehadiran peserta, partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung, dan peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mata. Adapun prosedur kerja yang dilakukan terdiri dari tahap persiapan dimulai dengan rapat dan survei tempat kegiatan dengan kader Kedong Jangan. Persiapan juga dilakukan dengan penempatan meja pendaftaran, ruang penyuluhan, dan tempat pemeriksaan mata.

Pada tahap pelaksanaan dilakukan 5 kegiatan, yaitu 1) pengisian daftar hadir, 2) pembagian kuesioner pre test dan post test, 3) penyuluhan, 4) pemeriksaan, 5) pembagian kacamata. Peserta diwajibkan mengisi daftar hadir yang sebelumnya diinformasikan membawa fotokopi KTP.

Gambar 1. Penyampaian Materi

Gambar 2. Pemeriksaan Mata

Gambar 3. Pembagian Kacamata

HASIL

Penilaian pengetahuan lansia terkait kesehatan mata dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner diberikan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang kesehatan mata. Ada 10 indikator pengetahuan, yaitu tentang: 1) mata sehat, 2) cek kesehatan mata, 3) kelainan-kelainan pada mata, 4) presbiopia, 5) katarak, 6) dampak penyakit terhadap kesehatan mata, 7) kacamata baca, 8) perawatan kacamata, 9) menjaga kesehatan mata, dengan pengetahuan diukur berdasarkan pengetahuan subyek tentang 8 indikator visual hygiene. Indikator tersebut adalah 1) lama waktu paparan layar, 2) jarak pandang menonton televisi, 3) jarak penglihatan ke layar saat menggunakan komputer, 4) postur tubuh saat membaca atau melihat layar, 5) pencahayaan untuk membaca, 6) *visual breaks*, 7) kebiasaan membaca saat bergerak, serta 8) jarak pandang ke obyek baca (Sari Rochmayani, Cahyaningsih and Budiono, 2021). 10) penggunaan cahaya ketika membaca.

Tabel 1. Pengetahuan Kesehatan Mata pada Lansia Sebelum dan Sesudah Kegiatan Pengabdian

No	Kegiatan	Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Sebelum kegiatan pengabdian	0%	16%	84%
2	Sesudah kegiatan pengabdian	75%	23%	2%

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dihadiri oleh 50 lansia. Tingkat pengetahuan masyarakat mengenai pelayanan kesehatan mata mencakup beberapa faktor yang berhubungan dengan pengetahuan masyarakat. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah umur, jenis kelamin, sumber informasi, status ekonomi, pendidikan dan pekerjaan (Of *et al.*, 2010). Berdasarkan hasil pre test, pengetahuan kesehatan mata lansia hampir semua subyek tidak paham, tentang cek kesehatan mata, dampak penyakit terhadap kesehatan mata, penggunaan cahaya ketika membaca dan perawatan kacamata. Belum mengetahui berapa kali seharusnya cek kesehatan mata, belum mengetahui faktor penyakit lain juga berdampak bagi kesehatan mata, dan belum mengetahui perawatan kacamata yang baik dan benar.

Setelah diberikan penyuluhan tentang kesehatan mata untuk lansia, kemudian dilakukan post test dan mengalami peningkatan. Dilihat dari skor pengetahuan pre test kesehatan mata yaitu persentase kategori baik yang semula 0% meningkat menjadi 75% pada post test. Sedangkan, presentasi kategori kurang yang sebelumnya 84% turun menjadi 2%. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan ketika penyuluhan mudah dipahami oleh lansia. Dapat diartikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sudah sesuai tujuan dan target, sehingga dapat mengatasi permasalahan mitra.

Lansia yang memiliki pengetahuan baik dan cukup berarti selama kegiatan memperhatikan dengan baik penjelasan yang diberikan dan mengikuti kegiatan sampai selesai. Menurut teori pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman dan informasi baik itu melalui media sosial, media cetak, ataupun media elektronik tentang kesehatan mata. Hal ini sesuai dengan pendapat (Notoatmodjo, 2012) yaitu pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Sementara itu, ada beberapa responden yang memiliki pengetahuan kurang baik. Menurut asumsi peneliti hal ini terjadi karena tidak memperhatikan atau tidak fokus selama kegiatan karena sambil mengasuh cucu atau tidak mengikuti kegiatan sampai selesai.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan permasalahan dan tujuan yang ingin dicapai dapat disimpulkan bahwa, pengabdian masyarakat tentang Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Mata pada Lansia di Kedung Jangan, Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang mengalami peningkatan. Kegiatan ini memberikan manfaat kepada masyarakat mitra khususnya lansia dalam memahami kesehatan mata, mendapatkan pemeriksaan mata, serta mendapatkan kacamata secara gratis.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat terkait kesehatan mata pada lansia di Kedung Jangan, Kelurahan Purwosari, Kecamatan Mijen, Kota Semarang diharapkan para lansia dapat mempertahankan apa yang telah menjadi komitmen bersama untuk selalu menjaga Kesehatan mata sehingga dapat menciptakan lansia yang bermanfaat bagi masyarakat dan lingkungannya dan apabila mengalami gangguan pada mata agar segera menghubungi petugas kesehatan. Bagi lansia yang mengikuti kegiatan ini dapat menyebarluaskan pengetahuan yang didapat kepada masyarakat di sekitarnya.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, E. *et al.* (2022) 'Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Umum, Mata, serta Jiwa pada Lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika', *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(4), pp. 468–473. Available at: https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i4.2701.

Bandiyah, S. (2009) 'Lanjut usia dan keperawatan gerontik', *Yogyakarta: Nuha Medika* [Preprint].

Cochrane, G.M., du Toit, R. and Le Mesurier, R.T. (2010) 'Management of refractive errors', *BMJ*, 340.

Dana, M.M. (2020) 'Gangguan Penglihatan Akibat Kelainan Refraksi yang Tidak Dikoreksi', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), pp. 988–995. Available at:

https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.451.

Hasbiani, H. (2022) 'Peran pekerja sosial dalam meningkatkan kebermaknaan hidup lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika NTB'. UIN Mataram.

Ilyas, P. dr. H.S. (2012) *Ilmu Penyakit Mata*.

Munandar, A. and Khairani (2016) 'Gambaran Penglihatan Lanjut Usia di Unit Pelaksanaan Teknis Dinas Banda Aceh', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(1), pp. 1–9.

Notoatmodjo, S. (2012) 'Metode Penelitian Kesehatan, Jakarta, Rineka Cipta'. Notoatmodjo.

Of, E. *et al.* (2010) 'Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Universitas Diponegoro Tahun 2010', pp. 1–18.

Rahayu, T. and Ardia, V. (2019) 'Peduli Kesehatan Mata Lansia di WIlayah Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan', *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, (17-UMJ-KS), pp. 1–5.

Sari Rochmayani, D., Cahyaningsih, O. and Budiono, I. (2021) 'Upaya Pencegahan Kelainan Refraksi Melalui Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Orang Tua tentang Visual Higiene', *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat: Pengmaskesmas*, 1(2), pp. 1–6.

Simarmata, M.M. *et al.* (2023) 'Edukasi Dan Pemeriksaan Mata Pada Siswa Asak a Di Pluit Keuskupan Agung Jakarta', *Peduli Kesehatan …* [Preprint]. Available at: https://www.arogapopin.ac.id/journal/index.php/pkm/article/view/123%0Ahttps://www.arogapopin.ac.id/journal/index.php/pkm/article/view/123/59.

Somantri, U.W., Pramono, R. and ... (2022) 'Penyuluhan Kesehatan Mata Dan Berbagi Kacamata Gratis Klinik Mutafadilah Medika Desa Cijaku Kabupaten Lebak Bekerjasama …', *Community: Jurnal …*, 2(1), pp. 70–75. Available at: http://journal.stiestekom.ac.id/index.php/Community/article/view/173%0Ahttp://journal.stiestekom.ac.id/index.php/Community/article/download/173/168.

Stanley, M. and Beare, P.G. (2006) 'Buku ajar keperawatan gerontik', *Jakarta: Egc* [Preprint].

Utomo, A.S. (2019) *Status kesehatan lansia berdayaguna*. Media Sahabat Cendekia.