

LAPORAN AKHIR
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
(UKMC)



PENDAMPINGAN PENINGKATAN KUALITAS HIDUP LANSIA
MELALUI PENINGKATAN KESEHATAN DAN APLIKASI NILAI
SPIRITUALITAS CHARITAS

Oleh:

Ns. Sanny Frisca, M.Kep	0224048405	Ketua
Maria Nur Aeni, SKM, M.Kes	0214087302	Anggota
Anastasia Sri Sukistini, SE, MM	0228127702	Anggota
Ns. Novita Elisabeth Daeli, M.Kep	0224118902	Anggota
Herlina Andila	1831001	Anggota
Setiyono, S.Kep	1935034	Anggota
Veronika Fitri Pratiwi, S.Kep	1935034	Anggota

Program Studi DIII Keperawatan
Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners
Program Studi DIV Teknik Laboratorium Medik

FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS
PALEMBANG

2019

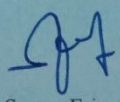
HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Kegiatan	: Pendampingan Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Peningkatan Kesehatan dan Aplikasi Nilai Spiritualitas Charitas
Nama Mitra	: Gereja Protestan di Indonesia bagian Barat (GPIB) Immanuel
Ketua Tim Pengusul	:
a. Nama	: Ns. Sanny Frisca, M.Kep
b. NIDN/NIP	: 0224028405
c. Jabatan/Golongan	: Penata Muda/IIIb
d. Program Studi/Fakultas	: DIII Keperawatan/FIKES UKMC
e. Perguruan Tinggi	: Universitas Katolik Musi Charitas
f. Bidang Keahlian	: Keperawatan Medikal Bedah
g. Alamat Kantor/Telp/Faks/Surel	: Jl. Kol. H. Burlan no.204
Anggota Tim Pengusul	:
a. Jumlah Anggota	: Dosen 3 orang, mahasiswa 4 orang
b. Nama Anggota 1/Bidang Keahlian	: Maria Nur Aeni, SKM, M.Kes/Analisis Kesehatan
c. Nama Anggota 2/Bidang Keahlian	: Anastasia Sri Sukistini, SE., MM/Spiritual Charitas
d. Nama Anggota 3/Bidang Keahlian	: Ns. Novita Elisabeth Daeli, M.Kep/Keperawatan Medikal bedah
f. Jumlah Mahasiswa yang terlibat	: 4 orang (Herlina Andila, Setiyono, Veronika Fitri Pratiwi)
Lokasi Kegiatan/Mitra	:
a. Wilayah Mitra (Desa/Kecamatan)	: GPIB Immanuel
b. Kabupaten/Kota	: Palembang
c. Propinsi	: Sumatera Selatan
d. Jarak PT ke lokasi mitra (Km)	: 10km
Luaran yang Dihasilkan	: <i>Diisi dengan luaran yang dijanjikan pada bab 2</i>
Skema	: PKM 1 Semester
Jangka Waktu Pelaksanaan	: Ganjil 19/20
Biaya Total	: Rp 5.000.000
Sumber Dana	: UKMC :Rp.3.500.000 Mitra: Rp. 1.500.000

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Maria Nur Aeni, SKM., M.Kes
NIDN 0214087302

Palembang, 3 Februari 2020
Ketua Tim Pelaksana,


Ns. Sanny Frisca, M.Kep
NIDN 0224028405


Menyetujui,
Kepala LPPM
Dr. Antonius Siregar Setiawan, SE., M.Si.
NIDN: 0212087801

KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ns. Sanny Frisca, M.Kep
NIP/NIDN : 250.2016.1/0224028405
Tempat, Tanggal lahir : Jakarta, 24 Februari 1984
Pangkat/Golongan/TMT : -
Jabatan/TMT : -
Bidang Ilmu/Mata Kuliah : Keperawatan Medikal Bedah/KMB, KGD, Kep.Dasar
Jurusan/Program Studi : DIII Keperawatan
Unit Kerja : Dosen DIII Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, seperti di bawah ini:

No	Karya Ilmiah	Judul	Identitas Karya Ilmiah (ISBN/ISSN/Edisi/Tahun/Terbit/Penerbit)	Alamat Unggah Online
1	Pengabdian Kepada Masyarakat (UKMC)	Pendampingan Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Peningkatan Kesehatan dan Aplikasi Nilai Spiritualitas Charitas	Artikel di web fikes ukmc	e-prints ukmc http://fikes.ukmc.ac.id/index.php/informasi/penelitian-pengabdian/pengabdian/1849-pendampingan-peningkatan-kualitas-hidup-lansia-melalui-peningkatan-kesehatan-dan-aplikasi-nilai-spiritualitas-charitas

1. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai Laporan Beban Kerja Dosen.
2. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 4 November 2019
Yang Membuat Pernyataan



(Ns. Sanny Frisca, M.Kep)

RINGKASAN

Proses penuaan merupakan proses normal dan akan dialami oleh manusia, karenanya individu harus dipersiapkan mengalami masa lanjut usia. Seiring dengan peningkatan usia, akan terjadi perubahan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang dapat mengganggu kesehatan lansia. Perubahan pada lansia yang sering terjadi dan dirasakan adalah masalah kardiovaskuler (anemia, hipertensi dan penyakit jantung), tulang dan sendi (arthritis), kanker, dan diabetes. Masalah kesehatan yang dialami lansia dapat menyebabkan komplikasi secara fisik dan psikologis, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan kesehatan lansia dengan program pendampingan lansia. Program pendampingan yang diberikan kepada lansia di GPIB Immanuel Palembang berupa pemberian edukasi terkait anemia, manajemen stress, senam kaki, dan pemeriksaan gula darah dan asam urat. Setelah diberikan pendampingan selama 2 hari, lansia yang tergabung dalam komunitas lansia mengalami peningkatan pemahaman akan penyakit anemia, mampu melakukan manajemen stress dengan mengaplikasikan nilai spiritualitas charitas, serta melakukan senam kaki secara mandiri. Ketiga hal tersebut mampu menurunkan tingkat nyeri pada kaki, meningkatkan gaya hidup sehat, dan memanajemen stress yang dirasakan, sehingga lansia di GPIB Immanuel Palembang dapat memiliki kesehatan yang optimal.

Kata Kunci: Lansia, Anemia, Kualitas Hidup, Manajemen stress

PRAKATA/KATA PENGANTAR

Lansia merupakan salah satu tingkat tumbuh kembang yang membutuhkan perhatian khusus dari tenaga kesehatan. Salah satu bentuk perhatian dapat dilakukan dengan memberikan edukasi terkait masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia. Tim PKM bekerja sama dengan mitra telah melakukan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan lansia melalui program pendampingan terhadap lansia. Untuk itu, tim PKM mengucapkan terima kasih kepada:

1. Mitra pengabdian yaitu Gereja Protestan di Indonesia bagian Barat (GPIB) Immanuel Palembang: Pendeta jemaat dan seluruh kaum lansia yang sudah menjadi mitra dalam program pendampingan.
2. Rektorat dan dekanat Fakultas Ilmu Kesehatan UNIKA Musi Charitas untuk proses perijinan dan surat penugasan terhadap tim.

Semoga program pendampingan dapat menjadikan peningkatan kualitas kesehatan dan kerjasama dengan mitra PKM.

Palembang, Desember 2019

Tim PKM

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH.....	iv
RINGKASAN	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB 1. PENDAHULUAN	1
BAB 2. TARGET DAN LUARAN	5
BAB 3. METODE PELAKSANAAN	10
BAB 4. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI	21
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	25
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN	35
DAFTAR PUSTAKA	ix
LAMPIRAN	x

DAFTAR TABEL

Tabel 5.1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tanggal 12 Oktober 2019

Tabel 5.2 Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tanggal 4 November 2019

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pemeriksaan kesehatan lansia tanggal 12 Oktober 2019

Gambar 2. Pemberian materi Lansia Sehat berdasarkan nilai Spiritualitas Charitas

Gambar 3. Penjelasan senam kaki pada lansia