

Sosialisasi Dan Pelaksanaan Pencegahan Osteoporosis Pada Lansia Di Puskesmas Selayang Medan

Andre Prayoga^{1*}, Modesta Harmoni br Tarigan¹, Ferdinan Paulus Ginting², Rialita Lifiani²

¹Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia, Medan, Sumatera Utara

²Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia, Medan, Sumatera Utara

*penulis korespondensi : andre.prayoga@gmail.com

Abstrak. Obat-obatan umumnya digunakan untuk meningkatkan kesehatan dan mencegah penyakit. Penyakit yang disebut osteoporosis melibatkan penurunan kepadatan tulang dan perubahan mikroarsitektur tulang. Tulang menjadi rapuh dan lebih mudah patah. Tujuan dari program informasi ini adalah untuk meningkatkan kesadaran tentang penggunaan dan penanganan obat yang benar di kalangan masyarakat umum, khususnya para lansia. Dalam rangka Hari Lanjut Usia Nasional, topik mengenai pengenalan pencegahan osteoporosis menjadi sorotan mengingat osteoporosis merupakan "pembunuh diam-diam" yang jarang sekali diketahui, khususnya di kalangan lanjut usia. Mahasiswa dan dosen Program Studi Pendidikan Vokasi Apoteker dan Program Sarjana Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia diminta untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan osteoporosis pada lansia di Puskesmas Medan Selayang. Ini adalah salah satu dari Tiga Cara Aktivisme di Perguruan Tinggi: Mendedikasikan diri Anda pada komunitas Anda. Sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman yang secara tidak langsung dapat mencegah penggunaan obat yang salah dan mencegah terjadinya osteoporosis.

Abstract. Medicines are generally used to improve health and prevent disease. The disease called osteoporosis involves a decrease in bone density and changes in bone microarchitecture. Bones become brittle and break more easily. The aim of this information program is to increase awareness about the correct use and handling of medicines among the general public, especially the elderly. On the occasion of National Elderly Day, the topic of introducing osteoporosis prevention is in the spotlight considering that osteoporosis is a "silent killer" that is rarely known, especially among the elderly. Students and lecturers of the Pharmacist Vocational Education Study Program and Bachelor of Pharmacy Program at Sari Mutiara Indonesia University were asked to increase knowledge about preventing osteoporosis in the elderly at the Medan Selayang Community Health Center. This is one of the Three Ways of Activism in Higher Education: Dedicate yourself to your community. It is hoped that this outreach can provide knowledge and understanding that can indirectly prevent the use of wrong medications and prevent osteoporosis..

Historis Artikel:

Diterima : 20 Januari 2025

Direvisi : 29 Januari 2025

Disetujui : 07 Februari 2025

Kata Kunci:

Lansia; Sosialisasi; Osteoporosis

PENDAHULUAN

Kegiatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang kesehatan tulang di kalangan orang lanjut usia. Pengobatan sendiri sedang meningkat di kalangan lansia, dan ada risiko tinggi penggunaan, penyimpanan, dan pembuangan yang salah, sehingga pengetahuan tentang obat-obatan sangat penting. Obat-obatan tidak diminum sesuai petunjuk resep. (Prayoga & Hasibuan, 2021). Hasil dari RISKESDAS tahun 2013 menunjukkan masyarakat perkotaan dan perdesaan sebesar 85,9% belum memiliki pengetahuan yang tepat mengenai obat-obatan (Maimunah & Prayoga, 2023). Tujuan dari program informasi pencegahan dan pengobatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan dan penanganan obat yang tepat dan benar.

Kegiatan ini mengangkat isu mengenai pengenalan pencegahan osteoporosis, mengingat osteoporosis merupakan "silent killer" yang jarang sekali terjadi pada orang lanjut usia. (Sianipar et al., 2023). Penyakit yang disebut osteoporosis ini ditandai dengan menurunnya kepadatan tulang akibat perubahan struktur bakteri pada tulang, sehingga tulang menjadi rapuh dan rentan patah. Saat ini osteoporosis masih menjadi masalah

kesehatan global, terutama di negara-negara berkembang (Marbun et al., 2022). Osteoporosis menyerang 20 hingga 25 juta orang di Amerika Serikat, termasuk satu dari dua hingga tiga wanita pascamenopause dan lebih dari 50% orang berusia antara 75 dan 80 tahun (Prayoga, 2022). Menurut WHO, sekitar 200 juta orang di seluruh dunia menderita osteoporosis. Pada tahun 2050, angka patah tulang pinggul diperkirakan meningkat dua kali lipat pada wanita dan tiga kali lipat pada pria (Prayoga et al., 2023).

Kegiatan ini dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa Program Studi Profesi Farmasi, Program Studi Sarjana Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia dalam rangka penyelenggaraan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Pemilihan lansia di sekitar Puskesmas Medan Selayang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang DAGUSIBU, rujukan dan pencegahan osteoporosis.

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Tingkat pengetahuan tentang osteoporosis di lingkungan Puskesmas Medan Selayang mendorong penulis untuk menjadi relawan di Puskesmas Medan Selayang dalam rangka memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya para lansia tentang bahaya osteoporosis dan cara pencegahan dini.

METODE

Kegiatan yang dilakukan kepada lansia di sekitar Puskesmas Medan Selayang meliputi sosialisasi, pengenalan pencegahan osteoporosis, tanya jawab, dan tes kepadatan mineral tulang (BMD) (Prayoga, 2023). Kegiatan ini mencakup rapat tim PKM dan pembentukan panitia dengan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Universitas Sari Mutiara Indonesia. Selain itu, pihak tim PKM akan mengadakan pertemuan dengan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. Membahas jadwal kegiatan: pembukaan dan perkenalan narasumber: moderator membuka acara dan memperkenalkan narasumber; pemaparan narasumber: narasumber memberikan informasi lengkap tentang obat dan cara mencegah osteoporosis; tanya jawab; kemudian, pemeriksaan Bone Mass Density (BMD) dan penutupan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan, rencana berjalan dengan baik. Semua pihak dapat bekerja sama. Pada lansia di sekitar Puskesmas medan selayang, sosialisasi obat dan pengenalan pencegahan osteoporosis diadakan dengan suasana yang menyenangkan. Ini menciptakan kesan yang baik dan menarik bagi peserta, memberi mereka pemahaman tentang obat dan informasi tentang bagaimana mencegah osteoporosis. Setiap orang yang terlibat dalam sosialisasi sangat antusias untuk mengikutinya. Ini dapat dilihat dari seberapa aktif peserta dalam setiap sesi. Rasa ingin tahu yang tinggi ini juga disebabkan oleh materi yang digunakan yang mudah dipahami. Para peserta sangat memperhatikan pembicara selama sesi pemaparan materi yang berkaitan dengan sosialisasi. Peserta juga terlibat dalam pemeriksaan Bone Mass Density (BMD) dan tanya jawab.



Gambar 1. Edukasi kepada masyarakat dan lansia terkait Pencegahan Osteoporosis

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa sosialisasi obat dan pengenalan tentang cara mencegah osteoporosis pada lansia di Puskesmas medan selayang memiliki dampak positif bagi para peserta. Para peserta mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang menyenangkan tentang sosialisasi, pengenalan tentang osteoporosis dan cara mencegahnya, serta pemeriksaan tingkat massa tulang (BMD), yang meningkatkan keinginan mereka untuk menggunakan obat tersebut. (Hasibuan et al., 2021). Dalam situasi di mana peserta sebelumnya tidak memahami obat secara teoritis maupun praktis, mereka sekarang dapat memahami osteoporosis dan cara mencegahnya. Universitas Sari Mutiara Indonesia berkolaborasi dengan masyarakat di sekitar Puskesmas medan selayang melalui Pengabdian Kepada Masyarakat yang diadakan oleh tim pelaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- BPOM. (2015). *Materi Edukasi Tentang Peduli Obat dan Pangan Aman*. Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- IAI. (2014). *Pedoman Pelaksanaan Gerakan Keluarga Sadar Obat*. Ikatan Apoteker Indonesia.
- Prayoga, A. (2022). *Edukasi Pemanfaatan Suplemen Kesehatan di Lingkungan SD Negeri 053975 Stabat Lama Kabupaten Langkat*. Jurnal Abdimas Mutiara. Vol.3, No.2, Hal. 331-337
- Pusdatin Kemenkes RI. *Data dan Kondisi Penyakit Osteoporosis di Indonesia*. Jakarta. Vol.1, No.12, Maret 2015.
- RISKESDAS, (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Setyohadi B.(2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. 6th ed*. Jakarta: Interna Publishing; 2014. p 3454-3457
- Hasibuan, P. A. Z., Yuandani, Tanjung, M., Gea, S., Pasaribu, K. M., Harahap, M., Angin, Y. A. P., Prayoga, A., & Ginting, J. G. (2021). Antimicrobial And Antihemolytic Properties Of A Cnf/Agnp-Chitosan Film: A Potential Wound Dressing Material. *Heliyon*, 7(10), e08197. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e08197>
- Maimunah, S., & Prayoga, A. (2023). Formulation of Red Beet (*Beta vulgaris*. L) and Aloe Vera (*Aloe vera*) Gel Extracts as Anti-Aging. *Jurnal Pembelajaran Dan Biologi Nukleus*, 9(2), 449–461. <https://doi.org/10.36987/jpbn.v9i2.4478>
- Marbun, E. D., Prayoga, A., & Sianipar, A. Y. (2022). *Edukasi Pemanfaatan Suplemen Kesehatan Di lingkungan SD Negeri 053975 Stabat Lama Kabupaten langkat*. 3, 331–337.
- Prayoga, A. (2022). Forte jurnal. *Forte Journal*, 02(01), 67–73.
- Prayoga, A. (2023). *Comparison Study of Caffeine Levels of Coffee Bean (Coffea Sp .) and Brands of Coffee Powder Circulate in Banda Aceh City*. 3(1), 96–102. <https://doi.org/10.37311/ijpe.v3i1.18913>
- Prayoga, A., Harmoni Tarigan, M., Paulus Ginting, F., Lifiani, R., & Zumaira, Z. (2023). Activity Of A Gel Combination Of Pandan Wangi (*Pandanus amaryllifolius* Roxb) and Snail Mucus (*Achatina Fulica*) On Burn Wounds In Male White Rats (*Rattus Norvegicus*) Wistar Strains. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 3(3), 538–547. <https://doi.org/10.37311/ijpe.v3i2.19343>
- Prayoga, A., & Hasibuan, P. A. Z. (2021). Synthesis of Silver Nanoparticles for Antibacterial Activity against *Staphylococcus Aureus* and *Escherichia Coli*. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 9(5), 67–73.
- Sianipar, A. Y., Prayoga, A., Nainggolan, A. Y., Farmasi, S. S., Farmasi, F., Sari, U., & Indonesia, M. (2023). *Activity of a Gel Combination of Aloe Vera (Aloe Vera (L) Burm . F .) and Snail Mucus (Achatina fulica (Ferussac , 1821)) on Burn Wounds in Male White Rats (Rattus norvegicus) Wistar Strains*. 3(2), 186–194. <https://doi.org/10.37311/ijpe.v3i2.19343>