Pelita Abdi Masyarakat
Vol. 1 No. 2, Mei 2021

Peningkatan Kapasitas Lansia Menghadapi Bencana Gempa Di Gedung Dengan Metode Bernyanyi Di Posyandu Lansia GBI Setia Bakti Kediri

Heru Suwardianto[1], Vitaria Wahyu Astuti[1]
[1]Departemen Keperawatan Gawat Darurat dan Kritis, STIKES RS Baptis Kediri, Provinsi Jawa Timur, Indonesia

IDENTITAS ARTIKEL

Volume 1 Nomor 2
Mei 2021 : 41-45

RIWAYAT ARTIKEL

Diajukan : 8 Januari 2021
Diperbaiki : 1 Maret 2021
Diterima : 9 April 2021
Dipublikasikan : 28 Mei 2021

KATA KUNCI

Lansia, Bencana, Evakuasi Gempa

KORESPONDENSI

Heru Suwardianto
(herusuwardianto@gmail.com)

ABSTRAK

Latar belakang: *Bencana gempa dalam gedung dapat terjadi kapanpun dimanapun dan dalam situasi apapun. Agregat Lansia merupakan kelompok rentan yang semakin besar kemungkinan terjadinya korban. Peningkatan kapasitas diperlukan dalam penguatan lansia dalam menghadapi bencana gempa didalam gedung. Lebih dari 80% waktu kita ada didalam gedung entah rumah, sekolah, ataupun tempat lain. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masayrakat ini adalah Peningkatan Kapasitas Lansia menghadapi Bencana Gempa di Gedung dengan Metode Bernyanyi di Posyandu Lansia GBI Setia Bakti Kediri.*
Metode: *Metode yang digunakan adalah melakukan peningkatan Peningkatan Kapasitas Lansia menghadapi Bencana Gempa di Gedung dengan Metode Bernyanyi di Posyandu Lansia GBI Setia Bakti Kediri.*
Hasil: *Hasil yang didapat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu terjadinya Peningkatan Kapasitas Lansia menghadapi Bencana Gempa di Gedung dengan Metode Bernyanyi di Posyandu Lansia GBI Setia Bakti Kediri dibuktikan dengan lansia dapat menjawab, dan mempraktikkan cara menyelamatkan diri saat terjadi gempa di dalam gedung dengan cara bernyanyi.*
Kesimpulan: *peningkatan kapasitas penting dilakukan pada lansia untuk menurunkan korban pada agregat beresiko*

Pendahuluan

Gempa bumi adalah getaran atau getar-getar yang terjadi di permukaan bumi akibat pelepasan energi dari dalam secara tiba-tiba yang menciptakan gelombang seismik. Gempa Bumi biasa disebabkan oleh pergerakan kerak Bumi (lempeng Bumi) (Evelina, 2010). Frekuensi suatu wilayah, mengacu pada jenis dan ukuran gempa Bumi yang dialami selama periode waktu. Gempa Bumi diukur dengan menggunakan alat Seismometer. Moment magnitudo adalah skala yang paling umum di mana gempa Bumi terjadi untuk seluruh dunia(BNPB, 2018). Skala Rickter adalah skala yang dilaporkan oleh observatorium seismologi nasional yang diukur pada skala besarnya lokal 5 magnitude. Kedua skala yang sama selama rentang angka mereka valid. Gempa 3 magnitude atau lebih sebagian besar hampir tidak terlihat dan jika besarnya 7 lebih berpotensi menyebabkan kerusakan serius di daerah yang luas, tergantung pada kedalaman gempa. Gempa Bumi terbesar bersejarah besarnya telah lebih dari 9, meskipun tidak ada batasan besarnya (Kurniati et al., 2018). Gempa Bumi besar terakhir besarnya 9,0 atau lebih besar adalah 9,0 magnitudo gempa di Jepang pada tahun 2011 (per Maret 2011), dan itu adalah gempa Jepang terbesar sejak pencatatan dimulai. Intensitas getaran diukur pada modifikasi Skala Mercalli.

Kebanyakan gempa bumi disebabkan dari pelepasan energi yang dihasilkan oleh tekanan yang disebabkan oleh lempengan

yang bergerak. Semakin lama tekanan itu kian membesar dan akhirnya mencapai pada keadaan di mana tekanan tersebut tidak dapat ditahan lagi oleh pinggiran lempengan. Pada saat itulah gempa Bumi akan terjadi. Gempa Bumi biasanya terjadi di perbatasan lempengan-lempengan tersebut. Gempa Bumi yang paling parah biasanya terjadi di perbatasan lempengan kompresional dan translasional. Gempa Bumi fokus dalam kemungkinan besar terjadi karena materi lapisan litosfer yang terjepit kedalam mengalami transisi fase pada kedalaman lebih dari 600 km. Beberapa gempa Bumi lain juga dapat terjadi karena pergerakan magma di dalam gunung berapi. Gempa Bumi seperti itu dapat menjadi gejala akan terjadinya letusan gunung berapi. Beberapa gempa Bumi (jarang namun) juga terjadi karena menumpuknya massa air yang sangat besar di balik dam, seperti Dam Karibia di Zambia, Afrika. Sebagian lagi (jarang juga) juga dapat terjadi karena injeksi atau akstraksi cairan dari/ke dalam Bumi (contoh. pada beberapa pembangkit listrik tenaga panas Bumi dan di Rocky Mountain Arsenal.

Terakhir, gempa juga dapat terjadi dari peledakan bahan peledak. Hal ini dapat membuat para ilmuwan memonitor tes rahasia senjata nuklir yang dilakukan pemerintah. Gempa Bumi yang disebabkan oleh manusia seperti ini dinamakan juga seismisitas terinduksi. Jenis-Jenis Gempa Bumi

Jenis-jenis gempa bumi dibedakan menjadi 2 yaitu berdasarkan penyebab dan kedalamannya. Berikut ini merupakan penjelasannya. Menurut penyebab terjadinya, gempa bumi dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu Gempa bumi vulkanik adalah gempa bumi yang disebabkan oleh letusan gunung berapi. Contoh : gempa G. Bromo, gempa G. Una-Una, gempa G. Krakatau. Gempa tektonik adalah gempa bumi yang terjadi karena pergeseran lapisan kulit bumi akibat lepasnya energi di zone penunjaman (PPNI, 2014; Rahayuningsih, 2010). Gempa bumi tektonik memiliki kekuatan yang cukup dahsyat. Contoh : gempa Aceh, Bengkulu, Pangandaran. Gempa runtuhan atau terban adalah gempa bumi yang disebabkan oleh tanah longsor, gua-gua yang runtuh, dan sejenisnya. Tipe gempa seperti ini hanya berdampak kecil dan wilayahnya sempit. Berdasarkan kedalamannya, jenis-jenis gempa bumi juga dibedakan menjadi 3, yaitu Gempa bumi dalam adalah gempa bumi yang hiposentrumnya (pusat gempa) berada lebih dari 300 km di bawah permukaan bumi (di dalam kerak bumi) (BNPB, 2018; Kurniati et al., 2018). Gempa bumi dalam pada umumnya tidak terlalu berbahaya. Gempa bumi menengah adalah gempa bumi yang hiposentrumnya berada antara 60 km sampai 300 km di bawah permukaan bumi.gempa bumi menengah pada umumnya menimbulkan kerusakan ringan dan getarannya lebih terasa. Gempa bumi dangkal. Gempa bumi dangkal adalah gempa bumi yang hiposentrumnya berada kurang dari 60 km dari permukaan bumi. Gempa bumi ini biasanya menimbulkan kerusakan yang besar.

Permasalahan yang ada didalam mitra yaitu mitra belum pernah dilakukan edukasi bagamana cara menghadapi bencana gempa di dalam gedung terutama pada agregat lansia. Upaya dalam menghadapi bencana dalam gedung perlu terus dilakukan untuk meningkatkan kapasitas lansia dalam menghadapi bencana(Krisanty et al., 2009; Rahayuningsih, 2010). Menurut Suwardianto (2019) dengan pelatihan yang baik maka akan mengurangi resiko kerentanan dan meminimalkan korban akibat gempa yang

terjadi sewaktu-waktu (Suwardianto, 2018; Suwardianto & Richard, 2017; Suwardianto & Selvia, 2015).

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 5 November dan 5 Desember 2019. Subjek pengabdian kepada masyarkaat adlaah lansia di Posyandu Setia Bakti yang berjumlah 50 orang. Pelaksanaan diantaranya 1) penyediaan sharing waktu kegiatan, 2) penyampaian pendidikan kesehatan kepada lansia, 3) memberi edukasi dalam ketahanan diri saat terjadi bencana didalam gedung, 4) dengan metode bernyanyi menghapalkan cara menghadapi bencana gempa. Metode pendekatan yang ditawarkan adalah dengan melaksanakan pendidikan kesehatan kepada lansia menggunakan leaflet dan juga metode bernyanyi dengan judul

"KALAU ADA GEMPA"

Kalau Ada Gempa, Lindungi Kepala

Kalau Ada Gempa, Masuk Kolong Meja

Kalau Ada Gempa, Hindarilah Cendela,

Kalau Ada Gempa, Lari ketempat terbuka

Hasil

Tabel 1 Hasil peningkatan kapasitas

No	Kapasitas menghadapi Bencana Gempa dalam Gedung	Hasil Observasi			
		Mampu dijelaskan/dilakuan		Belum mampu dijelaskan/dilakukan	
		∑	%	∑	%
1	Saat Sedang memasak	47	94	3	6
2	Gedung bertingkat	40	80	10	20
3	Saat didalam Lift	39	78	11	22
4	4 Tindakan Evakuasi Gempa	48	96	2	4

Dari data diatas menunjukkan bahwa mayoritas lansia mampu mengikuti edukasi dengan baik ditunjukkan dari hasil bahwa 94% lansia mampu menjawab saat ditanya jika terjadi gempa dan lansia berada didalam rumah dan lasnia sedang memasak apa yang harus dilakukan. Lansia mampu menjawab bagamana saat lansia jika berdada didalam gedung bertingkat (80%) dan juga saat didalam lift (78%). Metode yang dilakukan adalah dengan mengajak lansia bernyanyi. Pengabdi juga melakukan pendidikan kesehatan terakit penjelasan tentang becana gempa di Indonesia, dengan metode bernyanyi. Pengabdi juga menjelaskan bagamana cara evakuasi gempa.

Diskusi

Gereja Baptis Indonesia (GBI) Setia Bakti memberikan pelayanan kesehatan pada masyarakat / jemaatnya khususnya pada lansia melalui kegiatan Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti. Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri terletak di jalan Letjen Suprapto No 12-14 Kelurahan Burengan Kecamatan Pesantren Kota Kediri. Posyandu tersebut diadakan setiap sebulan sekali pada hari rabu minggu ke empat. Kegiatan di posyandu ini meliputi pelayanan kesehatan antara lain timbang berat badan dan mengukur tekanan darah, serta pemberian obat sederhana bagi lansia dengan masalah/ keluhan yang dirasakan lansia, serta pendidikan kesehatan. Jumlah lansia yang berada di Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia

Bakti Kediri sejumlah 40 orang. Aspek sosial yang dimiliki pada Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri, adalah dengan pemberian pelayanan kesehatan dengan melakukan pemeriksaan fisik pada lansia termasuk pengobatan sederhana pada lansia yang memiliki gangguan kesehatan. Adapun sumber dana dari anggaran dari Gereja Baptis Indonesia Setia Bakti Kediri. Adanya keterikatan di dalam pelayanan setiap program yang ada antara pemberi dana yang dinaungi oleh Gembala Sidang GBI Setia Bakti Kediri, Posyandu GBI Setia Bakti setiap kegiatan posyandu lansia yang dilakukan sudah menjalin kerjasama (MOU) dengan STIKES RS. Baptis Kediri dan RS. Baptis Kediri. Kegiatan yang dilakukan pada Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri memberikan bantuan kepada lansia untuk meningkatkan kesehatanya. Bencana gempa dapat dikurangi resikonya dengan meningkatkan kapasitas pada kelompok rentan (Suwardianto et al., 2018; Suwardianto & Rimawati, 2018; Suwardianto & Sari, 2020). Aspek budaya adanya kerjasama yang baik dalam memberikan pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan fisik untuk melihat kesehatan pada lansia di Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri yang dievaluasi secara berkesinambungan dengan kerjasama yang sudah dijalin dengan STIKES RS. Baptis Kediri dan RS. Baptis Kediri. Promosi kesehatan kepada lansia telah dilakukan dengan metode bernyanyi dan pelaksanaannnya lansia antusias dalam melaksanakan pendidikan keseahatan dalam mengahadapi bencana gempa didalam gedung. Dengan harapan lansia dapat melaksanakan cara mengadapi gempa dengan sebaikbaiknya.

Posyandu Lansia GBI Setia Bakti terbuka dengan masukan yang diberikan oleh Pengabdi dan bisa bekerjasama dengan baik untuk memotivasi lansia serta keluarga untuk meningkatkan kapasitas mehadapi bencana gempa dan kesehatan lansia. Pengurus Posyandu Lansia GBI Setia Bakti juga memberikan kesempatan untuk STIKES RS Baptis melakukan Pengabdian Masyarakat di Posyandu Lansia tersebut selain itu juga akan melaksanakan tindak lanjut dari hasil pengabdian masyarakat. Pada saat kegiatan awal pengabdian kepada masyarakat, lansia tampak antusias untukmendengarkan pendidikan kesehatan yang diberikan, dengan didampingi oleh mentor, lansiamau menjawab ketika pengabdi memberikan pertanyaan. Selain itu mentor juga dapat belajar bagaimana cara lansia mendapatkan dukungan keluarga dan mengajarkan kepada lansia tentang bagamana cara menghadapi bencana didalam rumah mereka. Pengabdi mengajarkan satu persatu kepada lansia tentang cara evakuasi bencana dengan cara bernyanyi dan cara untuk bertahan dari gempa. Pengabdi juga memotivasi lansia dengan memberikan contoh dengan bernyanyi.

Kesimpulan

Metode bernyanyi mudah dilakukan dan diingat dalam melakukan edukasi kesehatan terutama kepada agregat-agregat tertentu yang tidak perlu membutuhkan usaha sistematis dalam menghapal dan melaksanakannya. Sehingga Pelaksanaan Peningkatan Kapasitas Lansia Menghadapi Bencana Gempa Di Gedung Dengan Metode Bernyanyi Di Posyandu Lansia Gbi Setia Bakti Kediri dapat tercapai.

Ucapan Terimakasih

Pengabdi berterimakasih kepada Posyandu Lansia GBI Setia Bakti Kediri, Pdt Dr. Yosia Wartono, yang telah mengijinkan dan terlaksananya pengabdian kepada masyarakat ini, Kader dan juga semua yang telah membantu terlaksananya kegaiatan ini.

Daftar Referensi

BNPB. (2018). *Badan Nasional Penanggulangan Bencana*. https://bnpb.go.id

Evelina. (2010). Pengujian reliabilitas, validitas, analisis item dan pembuatan norma Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Berdasarkan penelitian pada kelompok sampel Yogyakarta dan Bantul yang mengalami gempa bumi dan kelompok sampel Jakarta dan sekitarnya yang tidak . *UI*, *1*(1), 1.

Krisanty, P., Santa, M., Saratun, Wartonah, S., M., Ermawati, Rohimah, & Santun, S. (2009). *Asuhan Keperawatan Gawat Darurat.* CV. Trans Info Media.

Kurniati, A., Trisyani, Y., Ikaristi, S., & Theresia, M. (2018). *Keperawatan Gawat Darurat dan Bencana Sheehy, 1st Indonesia edition*. Elsevier Inc.

PPNI. (2014). *Materi Pelatihan PPGD (Penanggulangan Penderita Gawat Darurat) : Buku Teknik Medis 1*. Bidang Pendidikan dan Pelatihan Persatuan Perawat Nasional Indonesia PPNI Provinsi Jawa Timur.

Rahayuningsih, P. W. (2010). Penerapan Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (MK3) di Instalasi Gawat Darurat RSU PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Kesehatan Masyarakat*, *1*(1), 21–29.

Suwardianto, H. (2018). Level Of Perception Emergency Skills In Youth Red Cross. *JOURNAL OF NURSING PRACTICE*, *2*(1), 17–24.

Suwardianto, H., Prasetyo, A., & Utami, R. S. (2018). Effects of Physical-Cognitive Therapy (PCT) on Criticaly ill Patients in Intensive Care Uni. *Hiroshima Journal of Medical Sciences*, *67*(1), 63–69.

Suwardianto, H., & Richard, S. D. (2017). *Asuhan Keperawatan Kegawatdaruratan dan Penatalaksanaan Tindakan Kegawatdaruratan*. CV Adjie Media Nusantara.

Suwardianto, H., & Rimawati. (2018). Explicit Instruction Model (EIM): Daily Training Emergencies Preparedness (DTEP) Toward Skills of Participants the Youth Red Cross. *Conferences, The 2nd Joint International*, *2*(2), 403–410.

Suwardianto, H., & Sari, D. (2020). Environmental Factors of Sleep Hygiene That Influence The Level of Pain on Criticall ill Patients in Intensive Care Unit. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *9*(1 SE-Articles). https://doi.org/10.30994/sjik.v9i1.266

Suwardianto, H., & Selvia, D. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kegawatdaruratan (Perspektif, Konsep, Prinsip, dan Penatalaksanaan Kegawatdaruratan)*. PT. REVKA PETRA MEDIA.