

Permasalahan Kesehatan Mata pada Geriatrik

Murni Marlina Simarmata , S.S., M.Pd.

Kehidupan seorang usia lanjut atau disebut geriatrik identik dengan penurunan fungsi adaptif kehidupan sehari-hari. Lansia akan melakukan proses penyesuaian diri dengan berbagai perubahan dalam dirinya karena berbagai permasalahan kesehatan yang terjadi dalam dirinya. Penurunan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri akan sejalan dengan pertambahan usia. Permasalahan kesehatan yang sering terjadi pada lansia atau geriatrik adalah gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, nyeri punggung, osteoarthritis, penyakit paru obstruksi menahun, diabetes, depresi, dan demensia atau kepikunan.

Permasalahan kesehatan mata sering kali membawa dampak yang signifikan kepada lansia. Kesehatan mata yang kurang baik akan membuat lansia tidak dapat menikmati masa tuanya dengan indah. Melalui penglihatan, lansia dapat menikmati keindahan alam ciptaan Tuhan, menyaksikan kehadiran dan kebahagiaan anak cucunya, menikmati hiburan televisi atau melakukan hobinya, meskipun mobilisasi tidak sebaik masa mudanya. Hilangnya penglihatan pada lansia merupakan masalah kesehatan utama. Penyebab utama penglihatan pada lansia adalah degenerasi makula terkait usia, glaukoma, katarak dan retinopati diabetes. Di bawah ini beberapa dibahas permasalahan kesehatan mata yang sering timbul pada lansia atau geriatrik:

1. Katarak

Katarak merupakan penyakit mata yang menyebabkan gangguan penglihatan karena proses penuaan lensa mata. Adanya penyakit seperti diabetes mellitus, penyakit metabolik, dan riwayat terjadinya trauma/kecelakaan yang mengenai mata dapat mempercepat terjadinya katarak.

Penderita katarak pada lansia sering mengalami keluhan seperti pandangan tampak tidak bersih, silau di siang hari dan lebih jelas penglihatan pada malam hari, penurunan penglihatan pada kondisi kurangnya pencahayaan, penurunan tajam penglihatan yang mengalami progresivitas dari hari ke hari, hingga hanya bisa membedakan siang dan malam. Keluhan yang dirasakan sangat bervariasi, tergantung tipe katarak dan tingkat ketebalan katarak yang dialami.



Gambar 1. Mata kanan mengalami katarak

Gambar di atas menunjukkan mata lansia yang mengalami katarak adalah yang berwarna putih di bagian tengah pupil. Awalnya terbentuknya katarak yang tidak tampak jelas, akan tetapi kekeruhan lensa mata terjadi hingga mencapai maksimal hingga area pupil akan tampak benar – benar putih. Katarak dengan tingkat ketebalan katarak minimal, penglihatan dapat dikoreksi dengan pemakaian kacamata. Pada katarak dengan ketebalan sedang sampai maksimal yang tidak dapat dikoreksi dengan kacamata, sebaiknya dilakukan operasi katarak dan pemasangan lensa tanam di dalam mata.

2. Glaukoma

Mekanisme terjadinya glaukoma pada lansia adalah karena terjadi penebalan saluran trabekula *meshwork* dan kanal *schleim*. Selain itu, glaukoma dapat juga terjadi karena adanya katarak atau penyakit mata lainnya. Keluhan yang dirasakan lansia adalah nyeri sedang sampai hebat pada mata dan kepala di area sekitar mata hingga muntah dan mual. Peningkatan tekanan bola mata yang sangat tinggi, mata merah disertai penurunan penglihatan yang mendadak, nyeri kepala, mual, dan keringat dingin. Pada glaukoma kronis, keluhan sangat minimal namun makin lama lapang pandang makin menyempit karena menekan saraf mata. Penekanan saraf mata akibat tekanan bola mata yang tinggi akan menyebabkan kerusakan saraf mata hingga menimbulkan kebutaan yang permanen.

Prinsip penanganan Glaukoma adalah menurunkan tekanan bola mata, baik dengan pemberian obat-obatan maupun tindakan operatif. Pada glaukoma yang disebabkan karena adanya katarak, sebaiknya dilakukan operasi katarak dan penggantian lensa mata. Sedangkan pada glaukoma oleh penyebab lain dapat diberikan obat-obatan penurun tekanan bola mata sesuai anjuran dokter.

3. Penurunan sensitivitas terhadap kontras

Penurunan sensitivitas terhadap kontras disebabkan oleh penurunan kualitas sel penglihatan pada retina yang sejalan dengan proses penuaan yang terjadi. Hal ini yang menyebabkan lansia seringkali salah dalam memilih obat dalam kemasan. Peletakan obat-obatan yang menimbulkan potensi berbahaya bagi lansia harus menjadi perhatian bagi orang-orang di lingkungan sekitarnya. Nama obat dalam kemasan sebaiknya dituliskan dengan huruf yang besar sehingga mudah terlihat oleh lansia.

4. Penurunan Lapang Pandangan

Lapang pandangan pada lansia mengalami penyempitan, terutama lapang pandangan sisi bawah. Hal ini menyebabkan lansia mudah jatuh karena tersandung benda-benda yang terletak di bagian bawah karena tidak terlihat. Untuk meminimalisasi bahaya yang dapat terjadi pada lansia, dianjurkan area yang dilalui oleh lansia bebas dari tumpukan barang dan permukaan yang tidak rata.

5. Penyakit dan Gangguan pada Retina

Kelainan-kelainan pada retina pada umumnya memiliki potensi besar untuk menyebabkan kebutaan bila diketahui pada stadium lanjut. Beberapa gangguan pada retina disebabkan oleh

kondisi penyakit yang sebelumnya sudah dialami oleh lansia, seperti diabetes, hipertensi, penyakit metabolik yang tidak ditangani dengan baik. Penyakit Retina lain yang juga merupakan komplikasi dari diabetes mellitus pada lansia yang sering timbul adalah *aged related macular degeneration/ ARMD* yaitu penyakit pada pusat penglihatan mata pada retina yang disebut macula pada usia lanjut.

Untuk penanganan penyakit ini, sebaiknya dilakukan kontrol teratur ke dokter spesialis mata untuk mencegah terjadinya gangguan penglihatan yang makin berat bahkan hilangnya penglihatan yang menetap. Pada tahap awal penglihatan, penderita dapat menggunakan alat bantu melihat seperti kaca pembesar, namun tetap dibutuhkan upaya untuk menghambat progresivitas perluasan hilangnya penglihatan sentral.

6. Gangguan Refraksi

Gangguan Refraksi merupakan salah satu penyebab kebutaan yang paling sering ditemukan di dunia yang dapat diatasi dengan pengobatan, yaitu dengan koreksi kacamata. Kelainan refraksi yang tidak terkoreksi dengan baik akan mempengaruhi kualitas hidup lansia dan sangat mempengaruhi kemampuan lansia melakukan aktivitas hariannya secara mandiri.



Gambar 2. Penggunaan lup untuk membantu membaca pada lansia

Gangguan refraksi pada lansia dapat terjadi karena struktur dan fungsi bola mata serta penglihatan pada lansia banyak mengalami perubahan karena proses penuaan. Perubahan anatomi dan fungsi dapat terjadi dari kelopak mata, permukaan bola mata, maupun bagian dalam bola mata. Kemampuan akomodasi pada lansia yang sangat menurun menyebabkan kemampuan membaca dekat juga mengalami kemunduran. Peresepan kacamata oleh dokter spesialis mata dilakukan dengan melakukan evaluasi pada keseluruhan fungsi mata sebelumnya selain penentuan ukuran lensa kacamata yang dibutuhkan.

Penurunan penglihatan pada lansia sering menimbulkan depresi karena dengan penurunan penglihatan akan menyebabkan berbagai penurunan fungsi dalam kehidupan lansia. Dukungan

terhadap lansia berupa pendampingan saat melakukan aktivitas sangat dibutuhkan, terutama bagi lansia yang sulit dalam mobilisasi karena kualitas penglihatan yang mengalami penurunan.