

Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemanfaatan Posyandu Lansia di Dusun Kacangan-Kandangan Kabupaten Kediri

Praharisti Kurniasari¹, Agusti Mardikaningsih²

^{1,2} Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, IKIP Budi Utomo, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Praharisti Kurniasari

E-mail: kurniasaripraharisti@budiutomomalang.ac.id

Abstrak

Jumlah orang dalam kategori usia lanjut usia (lansia) semakin meningkat seiring dari keberhasilan pembangunan yang ada di Indonesia. Lansia sangat memerlukan pemeliharaan kesehatan yang terjangkau, hal ini untuk mengatasi masalah kesehatannya. Posyandu lansia merupakan alternatif sarana untuk pemenuhan kebutuhan kesehatan. Pemanfaatan posyandu lansia di dusun Kacangan Kandangan Kabupaten Kediri masih sangat rendah. Tujuan dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu agar bisa memberikan penyuluhan dan bimbingan pentingnya posyandu lansia terutama kepada lansia, keluarga lansia, kader posyandu serta pemangku kepentingan yang ada di dusun Kacangan Kandangan Kediri. Sarana dan prasarana yang disediakan oleh pemerintah daerah dan desa bisa dimanfaatkan dengan baik oleh masyarakat dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini menunjukkan sebanyak 60% responden memanfaatkan posyandu lansia. Diharapkan para kader posyandu, keluarga lansia, serta pemangku kepentingan dapat turut berpartisipasi aktif dalam membantu pemanfaatan posyandu lansia.

Kata kunci – Kualitas hidup, Pemanfaatan, Posyandu Lansia

Abstract

The number of people in the elderly (elderly) category is increasing along with the success of development in Indonesia. The elderly really need affordable health care, this is to overcome their health problems. Elderly Posyandu is an alternative facility to meet health needs. The utilization of the elderly posyandu in the village of Kacangan Kandangan, Kediri Regency is still very low. The purpose of this Community Service is to be able to provide counseling and guidance on the importance of posyandu for the elderly, especially for the elderly, elderly families, posyandu cadres and stakeholders in the Kacangan Kandangan hamlet, Kediri. The facilities and infrastructure provided by the regional and village governments can be put to good use by the community. This Community Service shows that as many as 60% of respondents use the elderly Posyandu. It is hoped that posyandu cadres, elderly families, and stakeholders can actively participate in helping the use of elderly posyandu.

Keywords – Quality of life, Utilization, Elderly Posyandu

PENDAHULUAN

Meningkatnya jumlah usia lanjut usia itu sebenarnya merupakan indikator yang menunjukkan semakin sehatnya penduduk Indonesia karena usia harapan hidupnya semakin meningkat, meskipun bisa dikatakan disisi lain produktivitas mereka menurun. Proses dari penuaan penduduk tentunya berdampak juga pada berbagai aspek kehidupan, baik ekonomi, sosial, dan terutama kesehatan. Hal ini karena dengan semakin bertambahnya usia, maka fungsi daripada organ tubuh akan semakin menurun baik dikarenakan faktor alamiah maupun karena suatu penyakit. Kualitas hidup penduduk lansia yang umumnya masih rendah bisa dilihat dari pendidikan akhir yang warga sebagian besar adalah sekolah dasar. Dari sisi kualitas hidup selain pendidikan, penduduk lansia juga mengalami masalah kesehatan. Data menunjukkan ada kecenderungan angka kesakitan lanjut usia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Kondisi seperti ini tentunya harus mendapatkan perhatian dari berbagai pihak.

Menurut Biro Pusat Statistik (BPS), penduduk lansia Indonesia pada tahun 2019 jumlah lansia adalah 18,12 juta jiwa atau 7,62% dari jumlah penduduk Indonesia dengan usia harapan hidup 67,4 tahun. Jumlah lansia ini akan terus meningkat hingga pada tahun 2020 berdasarkan proyeksi penduduk Indonesia 2000- 2025 diperkirakan akan mencapai 28,99 juta jiwa atau 11,20% dari jumlah penduduk dengan usia harapan hidup mencapai 71,1 tahun. (<http://www.datastatistik-indonesia.com>). Meningkatnya umur harapan hidup (UHH) adalah salah satu indikator utama tingkat kesehatan masyarakat. Semakin tinggi jumlah Lansia, maka semakin baik tingkat kesehatan masyarakatnya.

Dalam pelaksanaan kebijakan tersebut, maka dikembangkan program kesehatan lansia sebagai berikut: bentuk pelayanan kesehatan santun lanjut usia yang diberikan di Puskesmas yaitu memberikan pelayanan yang baik dan berkualitas, memberikan prioritas pelayanan kepada lanjut usia dan penyediaan sarana yang aman dan mudah diakses, memberikan dukungan atau bimbingan pada lanjut usia dan keluarga secara berkesinambungan, melakukan pelayanan secara proaktif untuk dapat menjangkau sebanyak mungkin sasaran lansia yang ada di wilayah kerja Puskesmas, melakukan koordinasi dengan lintas program dengan pendekatan siklus hidup dan melakukan kerjasama dengan lintas sektor, termasuk organisasi (DKK Surakarta, 2020). Di samping pelayanan kesehatan, Posyandu Lanjut Usia juga memberikan pelayanan sosial, agama, pendidikan, keterampilan, olah raga, seni budaya, dan pelayanan lain yang dibutuhkan para lansia dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup melalui peningkatan kesehatan dan kesejahteraan. Selain itu Posyandu Lansia membantu memacu lansia agar dapat beraktifitas dan mengembangkan potensi diri. Sampai dengan tahun 2015, jumlah kelompok lansia (Posyandu Lansia) yg memberikan pelayanan promotif dan preventif tersebar di 23 provinsi di Indonesia adalah 7215 posyandu lansia (KEMENKES, 2016). Program pengembangan kesehatan lansia tidak akan berjalan dengan baik tanpa adanya dukungan dan partisipasi yang baik dari lansia itu sendiri.

Masyarakat sasaran kegiatan merupakan Masyarakat Binaan Ners 2020. Dari hasil pengkajian yang sudah dilakukan data yang ditemukan di masyarakat binaan ners, jumlah keseluruhan lansia ada 21 orang dari total warga yaitu 261 orang. Dari 21 lansia, 11 orang (52%) mengatakan tidak tahu bila ada posyandu ditempat tinggal karena tidak pernah keluar dari rumah, dan 10 (48%) mengatakan ada posyandu lansia dan mengikuti kegiatan posyandu lansia.

Lanjut usia yang jumlahnya cukup banyak pada Posyandu lansia, perlu terus dijaga agar tetap produktif, sehat, dan berdaya guna, agar para 6 Lanjut usia tidak menjadi beban keluarga dan masyarakat secara sosial dan ekonomi, mengingat proporsinya cukup besar. Para lanjut usia biasanya memiliki banyak masalah degeneratif karena fungsi organ tubuhnya tidak lagi prima, atau masalah psikis seperti depresi karena merasa tidak lagi dibutuhkan. Dalam hal ini, pentingnya tenaga kesehatan dan mengikutsertakan kader-kader dalam memberikan pemahaman yang baik mengenai posyandu lansia.

Mengingat kondisi dan permasalahan lanjut usia seperti diuraikan di atas, maka penanganan masalah lanjut usia harus menjadi prioritas, karena permasalahannya terus meningkat sesuai dengan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

pertambahan jumlahnya. Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mengadakan suatu kegiatan dengan tema “Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemanfaatan Posyandu Lansia” sebagai upaya untuk meningkatkan produktivitas di kalangan usia lanjut.

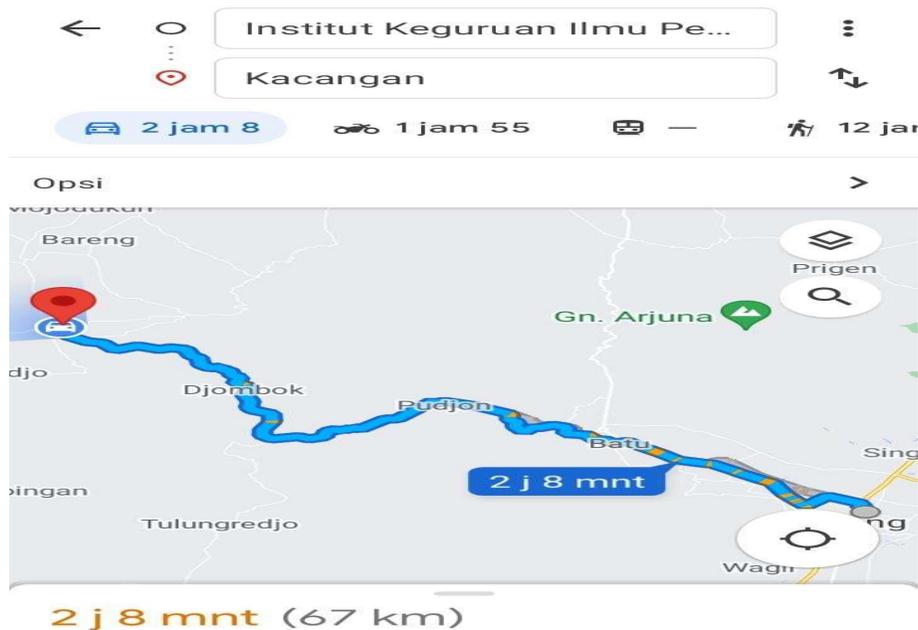
METODE

Kegiatan dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada lansia, keluarga lansia, kader posyandu serta pemangku adat atau tokoh masyarakat di Dusun Kacangan kecamatan Kandangan Kabupaten Kediri. Langkah- langkah yang dilakukan dalam pengabdian adalah sebagai berikut:

1. Memberikan informasi ke lansia pentingnya manfaat mengikuti posyandu lansia ini. Lansia sangat rentan terkena penyakit yang sering terjadi pada saat usia lanjut.
2. Memberikan penyuluhan ke keluarga lansia. Tujuannya agar keluarga lansia ikut berperan aktif, misalnya mengantar lansia ke tempat posyandu lansia, serta memberikan motivasi.
3. Memeberikan penyuluhan kepada kader posyandu supaya mengatur strategi promosi lebih menarik agar lansia rajin hadir setiap bulannya misalnya dengan cara a) Melalui media telekomunikasi dengan cara SMS untuk mengingatkan keluarga atau lansia. b) Memberikan bubur kacang ijo atau makanan ringan lainnya agar lansia tertarik untuk datang ke posyandu lansia. c) Kader dapat membuat arisan bagi para lansia agar peningkatan kunjungan pelayanan Posyandu lansia di dusun Kacangan meningkat.
4. Memberikan informasi kepada para tokoh masyarakat dan pihak yang berkepentingan Dusun Kacangan agar memberikan fasilitas serta dukungan secara menerus, selain itu juga memberikan informasi pentingnya posyandu lansia bagi masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada bulan Nopember 2023 di dusun Kacangan-Kecamatan Kandangan Kabupaten Kediri, peta lokasi dapat dilihat pada gambar 1, dihadiri oleh Lansia sebagai peserta.



Gambar 1.
Peta Lokasi Kegiatan

Hasil dari pengabdian Kepada Masyarakat ini memberikan dampak yang sangat signifikan kepada mitra. diantaranya adalah:

1. Keluarga lansia kurang memiliki pengetahuan dan perhatian terhadap pentingnya kesehatan bagi lansia. Keluarga jadi bersedia untuk mengantar jemput lansia di posyandu lansia. Dengan sehatnya lansia, ini berarti tidak mengganggu pekerjaan dari keluarga lansia sendiri.
2. Setelah mendapatkan penyuluhan, para lansia dapat mengerti dengan baik dari manfaat posyandu lansia, yang selama ini ada di pikiran tergambar kegiatan ini hanya sekedar timbang badan. Namun setelah mengikuti penyuluhan, lansia ini dapat memahami dan mengerti lebih lengkap manfaat dari posyandu lansia ini.
3. Kader posyandu dapat berubah menjadi lebih baik dengan memberikan promosi secara menarik inovatif.
4. Tanggungjawab dari tokoh masyarakat, perangkat desa serta pemangku kepentingan yang ada di Dusun Kacangan untuk selalu memberikan dukungan kepada lansia semakin baik.

Semua rangkaian kegiatan penyuluhan yang diberikan baik di masyarakat hampir semua kegiatan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang direncanakan sebelumnya. Ada beberapa kendala dalam kegiatan tersebut misalnya kurangnya partisipasi lansia dalam kegiatan, beberapa lansia kurang atau jarang aktif dalam kegiatan posyandu lansia sehingga pengetahuan tentang lansia terhadap pencegahan penyakit dan pengobatan terhadap penyakit kurang, dan kurangnya fasilitas kesehatan yang mendukung jalannya kegiatan, keterbatasan bahasa yang digunakan oleh pemberi penyuluh dengan peserta penyuluhan. Kedepannya agar kegiatan yang ada di posyandu lansia di tambah lagi dengan berbagai kegiatan misalnya berupa pembuatan kerajinan tangan agar para lansia dapat lebih kreatif dan inovatif untuk mengisi waktu luang dan kegiatan posyandu lansia lebih bermanfaat.

Bentuk dari pelayanan pada posyandu lansia antara lain meliputi pemeriksaan kesehatan fisik dan mental emosional, ini selalu dicatat dan dipantau dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mengetahui lebih awal penyakit atau masalah kesehatan yang dialami. Beberapa kegiatan pada posyandu lansia adalah Pemeriksaan status gizi melalui penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dan dicatat pada grafik indeks masa tubuh (IMT), pengukuran tekanan darah serta penghitungan denyut nadi selama satu menit, pemeriksaan hemoglobin menggunakan talquist, sahli atau cuprisulfat, pemeriksaan adanya gula dalam air seni sebagai deteksi awal adanya penyakit gula (diabetes mellitus), pemeriksaan adanya zat putih telur (protein) dalam air seni sebagai deteksi awal adanya penyakit ginjal, pelaksanaan rujukan ke puskesmas bilamana ada keluhan dan atau ditemukan kelainan pada pemeriksaan butir-butir diatas, penyuluhan Kesehatan, biasa dilakukan didalam atau diluar kelompok dalam rangka kunjungan rumah dan konseling kesehatan dan gizi sesuai dengan masalah kesehatan yang dihadapi oleh individu dan kelompok usia lanjut dan kunjungan rumah oleh kader disertai petugas bagi kelompok usia lanjut yang tidak datang, dalam rangka kegiatan perawatan kesehatan masyarakat. Disamping itu banyak juga posyandu lansia yang mengadakan kegiatan tambahan seperti senam lansia, pengajian, membuat kerajinan ataupun kegiatan silaturahmi antar lansia.



Gambar 2.
Para lansia melakukan senam lansia



Gambar 3.
Para lansia diberi penyuluhan



Gambar 4.
Cek rutin tensi para lansia

Kegiatan seperti ini tergantung dari kreasi kader posyandu yang bertujuan untuk membuat lansia beraktivitas kembali dan berdisiplin diri. Upaya yang lebih efektif dalam mengatasi masalah kesehatan sebenarnya adalah dengan memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah penyakit dengan berperilaku hidup bersih dan sehat, namun hal ini ternyata belum disadari dan dilakukan sepenuhnya oleh masyarakat (Suci Hati, 2008). Menurut Mubarak et al, 2009 Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika tingkat pendidikan seseorang rendah, akan menghambat perkembangan perilaku seseorang terhadap penerimaan, informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Pendidikan dan promosi kesehatan merupakan salah satu bentuk pendidikan orang dewasa (adult education). Sasaran

belajar adalah orang dewasa atau anggota masyarakat umum yang ingin mengembangkan pengetahuan, keterampilan, perilaku dan kemampuan-kemampuan lain. Hasil pendidikan orang dewasa adalah perubahan kemampuan, penampilan, atau perilaku. Selanjutnya, perubahan perilaku didasari adanya perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Pendidikan yang kurang ditambah pengetahuan yang rendah memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan sehari-hari dalam melakukan sesuatu atau mengambil suatu keputusan yang tepat. Berdasarkan hasil setelah dilakukan Pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan pada masyarakat, kelompok, atau individu, dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Soekidjo Notoatmodjo, 65 2007). Lebih dari itu, pendidikan kesehatan pada akhirnya bukan hanya mencapai kesehatan pada masyarakat saja, namun yang lebih penting adalah mencapai perilaku kesehatan (healthy behaviour). Kesehatan bukan hanya diketahui atau disadari (knowledge) dan disikapi (attitude), melainkan harus dikerjakan atau dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari (practice). Hal ini berarti bahwa tujuan akhir dari pendidikan kesehatan adalah agar masyarakat dapat mempraktekan hidup sehat bagi dirinya sendiri dan bagi masyarakat, atau masyarakat dapat berperilaku hidup sehat (healthy life style) (Notoatmodjo, 2003).

KESIMPULAN

Setelah dilakukan kegiatan Pengabdian di Dusun Kacangan Kandangan Kediri, dapat diambil kesimpulan antara lain sebagai berikut.

1. Lansia bisa menggunakan pelayanan posyandu lansia dan 60% memanfaatkan pelayanan posyandu lansia.
2. Pengetahuan, dukungan, sikap, keluarga dan juga dukungan dari kader sangat berpengaruh sekali terhadap pemanfaatan posyandu lansia. Diperlukan pemahaman yang lebih riil tentang posyandu lansia
3. Dukungan keluarga merupakan hal yang paling besar yang dapat mempengaruhi lansia untuk dapat datang memanfaatkan posyandu lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Green. (1980). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku dikutip dalam buku Notoatmodjo. Jakarta: Rineka Cipta.
- Herawani, (2002). Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan. Jakarta : EGC
- Kemenkes RI. Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Jakarta: 2013.
- Kemenkes RI (2020). Info Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/>.
- Muzakkir. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia di Desa Ilekimok Kecamatan Atadei Kabupaten Lembata NTT. Volume 1 Nomor 3 Tahun 2012
- Mubarak, W, I & Chayatin, N, (2009). Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori. Jakarta : Salemba Medika.
- Nugroho, W. (2008). Keperawatan gerontik & geriatrik: Jakarta : ECG
- Padila, (2013). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : Nuha Medika
- Suci Hati, (2008). Pengaruh Strategi Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga di Kecamatan Patumbak, Kabupaten Deli Serdang. Tesis. Magister Kesehatan. Universitas Sumatera Utara
- Tamher S. dan Noorkasiani. (2011). Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- United Nations. Economic and Social Council. Report of the United Nations High Commissioner for Human Rights. Substantive session of 2012; Geneva, 23–27 July 2012