

PENDIDIKAN KESEHATAN PENTINGNYA POSYANDU LANSIA

Erika Untari Dewi¹, Ni Putu Widari², Aristina Halawa³, Tikky Dea Amalia⁴, Hastotanoyo Dimas Widjanarko⁵

^{1,2,3,4,5}STIKesWilliam Booth Surabaya, Jl.Cimanuk no.20 Surabaya

Email : untarierika@yahoo.co.id

ABSTRAK

Meningkatnya jumlah lansia sebenarnya adalah indikator yang menunjukkan semakin sehatnya penduduk Indonesia karena usia harapan hidupnya meningkat, meskipun disisi lain produktivitas mereka menurun. Program pengembangan kesehatan lansia tidak akan berjalan dengan baik tanpa adanya dukungan dan partisipasi yang baik dari lansia itu sendiri. Hasil kegiatan yang didapatkan dari kegiatan program “Penyuluhan tentang Pentingnya Posyandu Lansia” yaitu kegiatan yang dilakukan antra lain seperti pemberian penyuluhan kesehatan tentang Posyandu Lansia di wilayah masyarakat binaan ners 2020. Hasil yang didapat yaitu diantaranya : Setelah diberikan penyuluhan kesehatan di masyarakat binaan ners 2020 terjadi peningkatan pengetahuan pada lansia tentang posyandu lansia, terbukti dari pada kegiatan penyuluhan posyandu lansia di masyarakat binaan ners 2020 didapatkan pengetahuan baik setelah penyuluhan 71% dari 15 orang yang datang. Selama kegiatan yang ada keikutsertaan lansia dalam kegiatan mengalami peningkatan dibuktikan dari kegiatan yang pertama di masyarakat binaan ners 2020 dari jumlah total lansia sebanyak 21 orang yang hadir saat itu sebanyak 21 (100%) orang. Manfaat yang didapat dari kegiatan tersebut diatas bagi masyarakat yaitu diantaranya sebagai berikut: Lansia dapat meningkatkan derajat kesehatannya dan produktivitas agar tidak memperparah kondisi. Lansia dapat mempererat hubungan tali silaturahmi dari kegiatan yang dijalankan pada program, selain itu dengan adanya kegiatan ini lansia dapat bertukar pikiran antara satu dengan yang lain dan petugas kesehatan yang ada. Meningkatkan kesadaran lansia untuk selalu menjaga kesehatannya dengan kontrol rutin baik di puskesmas maupun posyandu.

Kata Kunci : Posyandu, Lansia

ABSTRACT

The increasing number of elderly people is actually an indicator that shows that the Indonesian population is getting healthier because their life expectancy is increasing, although on the other hand their productivity is decreasing. The elderly health development program will not run well without good support and participation from the elderly themselves. The results of the activities obtained from the program activity "Counseling on the Importance of the Elderly Posyandu" are activities carried out among other things such as providing health education about the Elderly Posyandu in the area of the community assisted by the nurses 2020. The results obtained include: After being given health education in the community assisted by the nurses 2020, increasing knowledge of the elderly about the posyandu for the elderly, as evidenced by the counseling activities for the elderly posyandu in the community fostered by the 2020 nurses, good knowledge was obtained after counseling 71% of the 15 people who came. During the existing activities, the participation of the elderly in activities has increased, as evidenced by the first activity in the community assisted by the 2020 nurses, from the total number of elderly people who were 21 people present at that time, as many as 21 (100%) people. The benefits obtained from the above activities for the community are as follows: The elderly can improve their health status and productivity so as not to aggravate the condition. The elderly can strengthen the relationship between the activities carried out in the program, in addition to this activity the elderly can exchange ideas with one another and the existing health workers. Increase the awareness of the elderly to always maintain their health with regular check-ups both at the puskesmas and posyandu.

Keywords: Posyandu, Elderly

PENDAHULUAN

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

Menurut Biro Pusat Statistik (BPS), penduduk lansia Indonesia pada tahun 2010 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, 2016). 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

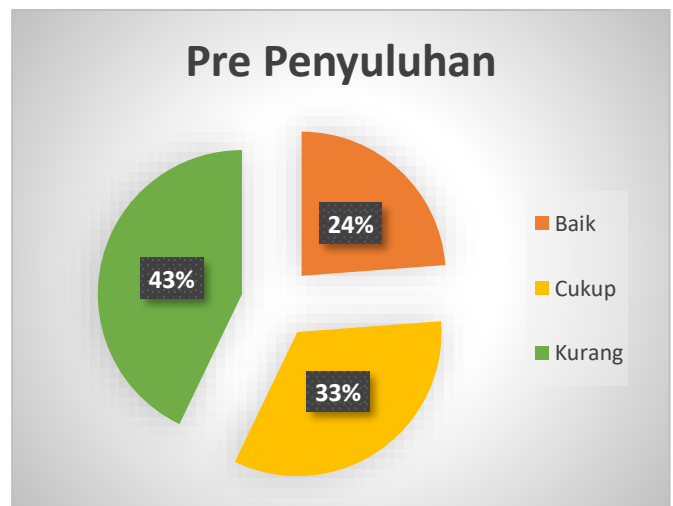
usia biasanya memiliki banyak masalah degeneratif karena fungsi organ tubuhnya tidak lagi prima, atau masalah psikis seperti depresi karena merasa tidak lagi dibutuhkan. Dalam hal ini, pentingnya tenaga kesehatan dan mengikutsertakan kader-kader dalam memberikan pemahaman yang baik mengenai posyandu 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 pertambahan jumlahnya. Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mengadakan suatu kegiatan dengan tema “*Pentingnya Posyandu Lansia*” sebagai upaya untuk meningkatkan produktivitas di kalangan usia lanjut. Oleh sebab itu, kami bermaksud untuk memohon dukungan dari semua pihak terkait demi berlangsungnya acara tersebut.

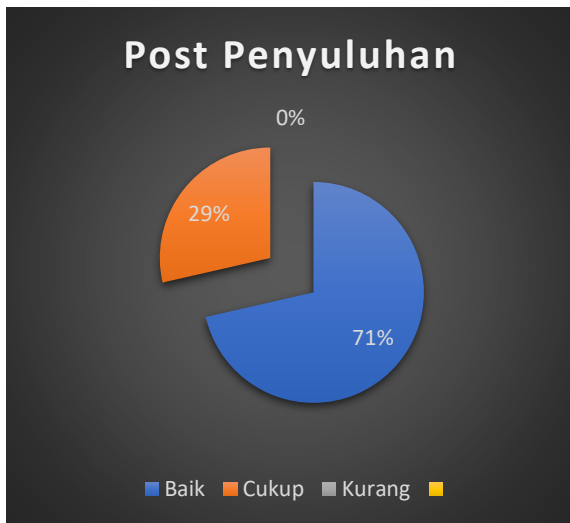
METODE

Pelaksanaan Program dilakukan dengan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan tentang Posyandu Lansia, permasalahan lansia di masa pandemi dan Manfaat Posyandu lansia di masa Pandemi Covid-19 pada Lansia yang tergabung dalam Masyarakat Binaan Ners 2020. Adapun kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahap persiapan yaitu : a) pendekatan kepada sasaran yakni para lansia yang tidak aktif dalam posyandu lansia b) Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat. c) Pembuatan materi Pendidikan kesehatan d) pembuatan Media Pendidikan Kesehatan secara daring. Kegiatan akan dilaksanakan secara daring melalui zoominar. Kegiatan Pendidikan kesehatan dibuat semenarik mungkin, fun learning dan disertakan beberapa game untuk meningkatkan motivasi dalam menjaga kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil

Kegiatan penyuluhan asam urat diadakan pada tanggal 17 November 2020 yang difasilitasi menggunakan aplikasi zoom jam 18.00 sampai selesai. Penyuluhan tentang Pentingnya Posyandu Lansia ini dilakukan karena dari 21 lansia, 11 orang (52%) mengatakan tidak tahu bila ada posyandu ditempat tinggal karena tidak pernah keluar dari rumah. Materi yang disampaikan saat penyuluhan meliputi pengertian Posyandu Lansia, tujuan dan Manfaat dari Posyandu Lansia, sasaran yang ada pada Posyandu Lansia, kegiatan yang ada pada Posyandu Lansia, alur atau mekanisme dari Posyandu Lansia Penyuluhan Pentingnya Posyandu Lansia ini dihadiri oleh 21 lansia dari 21 jumlah lansia di masyarakat binaan ners 2020. Sebelum memberikan penyuluhan tentang poslan pengetahuan lansia di masyarakat binaan ners 2020 diukur terlebih dahulu menggunakan kuesioner yang berisi tentang pertanyaan seputar Pentingnya Posyandu Lansia dari hasil yang didapatkan menunjukkan pengetahuan yang baik 5 orang (24%), cukup 7 orang (33%), dan kurang 9 orang (43%) dan setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan lansia tentang penyakit Pentingnya Posyandu Lansia dikatakan baik 15 orang (71%), cukup 6 orang (29%) dan yang kurang 0 orang (0%). Penilaian ini berdasarkan evaluasi pre penyuluhan dan juga post penyuluhan.



Gambar 1. Diagram Pre-Penyuluhan Pentingnya Posyandu Lansia



Gambar 2. Diagram Post-Penyuluhan Pentingnya Posyandu Lansia

Peserta sebelumnya belum pernah mengerti bagaimana dan apa saja yang perlu dilakukan untuk pengertian Posyandu Lansia, tujuan dan manfaat dari Posyandu Lansia, sasaran yang ada pada Posyandu Lansia, kegiatan yang ada pada Posyandu Lansia, alur atau mekanisme dari Posyandu Lansia. Peserta sangat antusias dengan materi yang diberikan, beberapa dari peserta ada yang mencatat materi yang diberikan atau mendokumentaskannya. Selain itu beberapa peserta mengajukan pertanyaan dan menceritakan pengalamannya. Lingkungan : Suasannya saat penyuluhan berlangsung sangat tenang, semua peserta mendengarkan. Pemateri : Pemateri sudah menguasai materi penyuluhan dengan baik, penyampaian dapat diterima dengan baik. Pemateri sudah menguasai materi penyuluhan. Posyandu lansia merupakan suatu fasilitas pelayanan kesehatan yang berada di desa-desa yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat khususnya bagi warga yang sudah berusia lanjut. Menurut Departemen Kesehatan RI (2005), posyandu lansia adalah suatu bentuk keterpaduan pelayanan kesehatan terhadap lansia ditingkat desa/ kelurahan dalam masing-masing wilayah kerja puskesmas. Keterpaduan dalam posyandu lansia berupa

keterpaduan pada pelayanan yang dilatar belakangi oleh kriteria lansia yang memiliki berbagai macam penyakit. Dasar pembentukan posyandu lansia adalah untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat, terutama lansia.

Menurut Erfandi (2008), Tujuan Posyandu Lansia secara garis besar adalah Meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan lansia dimasyarakat, sehingga terbentuk pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia, Mendekatkan pelayanan dan meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan, disamping meningkatkan komunikasi antara masyarakat usia lanjut. Manfaat dari Poslan terlaksananya pembinaan kesehatan lansia secara berkala, tercatat dan dilaporkan status kesehatan lansia secara berkala, termonitornya kesehatan lansia melalui pemeriksaan lansia secara berkala, terkajinya indeks kemandirian dan indeks masa tubuh lansia secara berkala, terlaksananya upaya preventif terhadap status kesehatan lansia secara berkala, adanya pelayanan kesehatan bagi lansia secara berkala, peningkatan status kesehatan lansia. Sasaran posyandu lansia adalah sasaran langsung, yaitu kelompok pra usia lanjut (45-59 tahun), kelompok usia lanjut (60 tahun ke atas), dan kelompok usia lanjut dengan resiko tinggi (70 tahun ke atas), sasaran tidak langsung, yaitu keluarga dimana lansia berada, organisasi sosial yang bergerak dalam pembinaan usia lanjut, masyarakat luas (Departemen Kesehatan RI, 2006). Apa syarat-syarat untuk bisa mengikuti Posyandu Lansia? Tidak ada syarat-syarat khusus untuk bisa mengikuti Posyandu Lansia, karena nanti akan di arahkan dari pihak Puskesmas dilihat dari pendata yang sudah dilakukan. Jika di lokasi atau kelurahan tersebut banyak lansianya, maka dari Puskesmas akan membentuk suatu wadah yaitu Posyandu Lansia. Karena posyandu lansia akan di bentuk jika ada sasarannya, agar bisa berjalan lebih efektif untuk semua kegiatan yang ada.

PEMBAHASAN

Dalam kegiatan penyuluhan yang diberikan baik di masyarakat binaan Ners 2020 hampir semua kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan kegiatan yang sudah direncanakan sebelumnya. Hanya saja ada beberapa kendala dalam kegiatan tersebut yaitu diantaranya 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. Saran untuk Selanjutnya diharapkan kedepannya para kader dapat lebih meningkatkan keikutsertaan lansia dalam kegiatan posyandu lansia, diharapkan para kader memiliki jadwal rutin untuk melakukan kunjungan rumah bagi lansia yang tidak aktif dalam melakukan kegiatan posyandu lansia dan diharapkan kegiatan posyandu lansia dapat lebih maju lagi dengan sering diadakannya pemeriksaan kesehatan dan meningkatkan fasilitas kesehatan yang ada. Kedepannya supaya kegiatan yang ada diposyandu lansia ditambah lagi dengan kegiatan berupa pembuatan kerajinan tangan agar lansia dapat lebih kreatif untuk mengisi waktu luang dan mengisi kegiatan yang ada diposyandu agar lebih maju dan bermanfaat. Bentuk pelayanan pada posyandu lansia meliputi pemeriksaan kesehatan fisik dan mental emosional, yang dicatat dan dipantau dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mengetahui lebih awal penyakit yang diderita atau ancaman 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. Selain itu banyak juga posyandu lansia yang mengadakan kegiatan tambahan seperti senam lansia, pengajian, membuat kerajinan ataupun kegiatan silaturahmi antar 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

Hasil kegiatan yang didapatkan dari kegiatan program “Penyuluhan tentang Pentingnya Posyandu Lansia” yaitu kegiatan yang dilakukan antara lain seperti pemberian penyuluhan kesehatan tentang Posyandu Lansia di wilayah masyarakat binaan ners 2020. Hasil yang didapat yaitu diantaranya :

1. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan di masyarakat binaan ners 2020 terjadi peningkatan pengetahuan pada lansia tentang posyandu lansia, terbukti dari pada kegiatan penyuluhan posyandu lansia di masyarakat binaan ners 2020 didapatkan pengetahuan baik setelah penyuluhan 71% dari 15 orang yang datang. Selama kegiatan yang ada keikutsertaan lansia dalam kegiatan mengalami peningkatan dibuktikan dari kegiatan yang pertama di masyarakat binaan ners 2020 dari jumlah total lansia sebanyak 21 orang yang hadir saat itu sebanyak 21 (100%) orang. Manfaat yang didapat dari kegiatan tersebut diatas bagi masyarakat yaitu diantaranya sebagai berikut: Lansia dapat meningkatkan derajat kesehatannya dan produktivitas agar tidak memperparah kondisi. Lansia dapat mempererat hubungan tali silaturahmi dari kegiatan yang dijalankan pada program, selain itu dengan adanya kegiatan ini lansia dapat bertukar pikiran antara satu dengan yang lain dan petugas kesehatan yang ada.
2. Meningkatkan kesadaran lansia untuk selalu menjaga kesehatannya dengan

- kontrol rutin baik di puskesmas maupun posyandu.
3. Meningkatkan keikutsertaan lansia dalam kegiatan yang ada di posyandu lansia.
 4. Dengan adanya penyuluhan yang sering dilakukan selain dapat meningkatkan pengetahuan lansia, kaderpun juga dapat meningkatkan pengetahuan dan keikutsertaannya dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia di wilayahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Friedman, M. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga, Riset, Teori Dan Praktek*. Edisi ke 5. Jakarta: EGC.
- Green. (1980). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku dikutip dalam buku Notoatmodjo. Jakarta : Rineka Cipta
- Herawani, (2002). Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan. Jakarta : EGC.
- Kemendes RI (2020). *Info Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI*. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/>.
- 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 Ruamah Tangga di Kecamatan Patumbak, Kabupaten Deli Serdang. Tesis. Magister Kesehatan. Universitas Sumatera Utara