

Pemberdayaan Kader Lansia Melalui Pelatihan Kesehatan Dan Pelatihan Hidroponik

Saut Horas Hamonangan Nahampun¹, Taufan Citra Darmawan², Dianita Primihastuti³

^{1,2,3} STIKes William Booth Surabaya. Jl.Cimanuk No.20 Surabaya

Email : tp4n_thefujin@yahoo.com

ABSTRAK

Tantangan khusus pada Lansia yaitu dalam bidang kesehatan seperti timbulnya masalah degeneratif, penyakit tidak menular, dan gangguan-gangguan kesehatan jiwa serta tantangan masalah ekonomi berupa menurunnya produktivitas kerja, terbatasnya kesempatan kerja, dan kemiskinan menjadi ancaman kesejahteraan terbesar bagi lansia. Sebagian besar lansia di wilayah binaan Mojotengah, Menganti, Gresik hanya beraktivitas sehari-hari di rumah saja. Banyak lansia yang mengalami gangguan kesehatan akan tetapi tidak rutin melakukan pengobatan karena kendala jarak dan dana. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa wilayah tersebut sangat potensial untuk dikembangkan potensi lansianya. Tujuan dari kegiatan ini adalah membentuk kader lansia dan melakukan pelatihan pemeriksaan kesehatan serta perintisan usaha hidroponik sebagai sarana yang dapat meningkatkan taraf hidup lansia

Metode pelaksanaan dilakukan dengan membentuk kader lansia yang terdiri atas warga berusia diatas 55 tahun yang mampu dan siap meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam pengembangan masyarakat. 30 orang warga dipilih untuk menjadi kader lansia yang kemudian dilakukan 2 pelatihan yang terdiri atas pelatihan pemeriksaan dan penggunaan alat kesehatan serta pelatihan hidroponik. Kegiatan dilakukan setiap 1 bulan 1 kali.

Hasil pelaksanaan pemberdayaan lansia di wilayah mojotengah menganti Gresik didapatkan kader telah terbentuk. Kader berada tidak hanya di level RW tapi juga perwakilan masing-masing RT. Setelah dilakukan pelatihan penggunaan alat kesehatan yang bekerjasama dengan puskesmas, kader lansia yang telah dilatih mampu mengaplikasikan kegiatan tersebut. Selain itu setelah dilakukan pelatihan hidroponik sebagian besar tanaman berhasil tumbuh dengan cukup baik, tanaman yang dihasilkan dapat dikonsumsi hanya kualitas tanaman yang dihasilkan masih kurang optimal dikarenakan perbedaan suhu dan kualitas udara, sehingga kedepan diharapkan dapat dilakukan program lebih lanjut terkait masalah penanaman hidroponik dan pemasarannya.

Kata Kunci : Pemeriksaan Kesehatan, Hidroponik, Kader Lansia

ABSTRACT

Special challenges for the elderly in the health sector such as the emergence of degenerative problems, non-communicable diseases, and mental health problems as well as economic problems in the form of reduced work productivity, limited employment opportunities, and poverty are the biggest threats to the welfare of the elderly. Most of the elderly in the Mojotengah, Menganti, Gresik areas only do their daily activities at home. Many elderly people experience health problems but do not

seek treatment due to distance and financial constraints. Therefore it can be said that the area has the potential to develop the potential of the elderly. The purpose of this activity is to form elderly cadres and conduct training on health checks and pioneering a hydroponic business as a means to improve the standard of living of the elderly

The implementation method is carried out by forming elderly cadres aged over 55 years. 30 residents were selected to become elderly cadres who then carried out 2 trainings consisting of training on inspection and use of medical devices as well as hydroponic training. Activities are carried out once a month.

The results of the implementation of the empowerment of the elderly in the Mojotengah area replace Gresik, namely that cadres have been formed. Cadres are not only at the RW level but also representatives of each RT. After training on the use of medical devices in collaboration with the puskesmas, the elderly cadres who had been trained were able to apply these activities. Besides that, after the hydroponic training, most of the plants managed to grow quite well, the plants produced can be consumed, only the quality of the plants produced is still not optimal due to differences in temperature and air quality, so that in the future it is hoped that further programs can be carried out related to the problem of hydroponic planting and marketing.

Keywords : *Health Examination, Hydroponics, Elderly Cadre.*

PENDAHULUAN

Lansia adalah kelompok umur masyarakat yang berusia diatas 60 tahun. Penduduk lansia menurut kelompok usia dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu lansia muda (60-69 tahun), lansia menengah atau madya (70-79 tahun), dan lansia tua (80 tahun ke atas). Masalah yang muncul pada lansia sangat kompleks mulai dari masalah kesehatan, dan ekonomi (Masyhura, M. D., & Arianty, N, 2019). Pada abad ke-21 tantangan khusus bidang kesehatan yaitu timbulnya masalah degeneratif, penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes, hipertensi, dan gangguan-gangguan kesehatan jiwa yaitu depresi, demensia, gangguan cemas, sulit tidur. Penyakit-penyakit tersebut, akan menimbulkan permasalahan jika tidak diatasi atau tidak dilakukan pencegahan, karena ini akan menjadi penyakit yang bersifat

kronis dan multi patologis (Masduki, A, 2017). Selain masalah kesehatan, tantangan masalah ekonomi berupa menurunnya produktivitas kerja, terbatasnya kesempatan kerja, dan kemiskinan menjadi ancaman kesejahteraan terbesar bagi lansia sebab pendapatan dan produktivitas lansia rendah (Aini, N., & Azizah, N, 2018). Untuk mengatasi hal tersebut pemerintah telah melakukan penggalakan program kader lansia di masyarakat. Peran kader lansia diharapkan mampu menjembatani masalah yang muncul di masyarakat sehingga taraf hidup lansia dan kesehatan lansia dapat meningkat.

Jumlah orang lanjut usia (Lansia) di Indonesia tahun 2021 sekitar 27,1 juta orang atau kurang lebih 10% dari total penduduk. Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah Lansia meningkat menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%) (Nugraha, A. W, 2019). Data penduduk

lansia di Jawa Timur pada Tahun 2020 telah mencapai 5,29 juta penduduk (13,1%) yang menunjukkan bahwa struktur penduduk Jawa Timur tergolong penduduk tua. Hal ini tentu saja membawa konsekuensi baik berupa potensi dan tantangan dalam pembangunan di Provinsi Jawa Timur (Natalia, C., Kusumarini, Y., & Poillot, J. F, 2017).

Berdasarkan pengambilan data awal di wilayah tersebut didapatkan bahwa banyak lansia yang mengalami gangguan kesehatan akan tetapi tidak rutin melakukan pemeriksaan kesehatan karena kendala jarak dan dana. Padahal di wilayah tersebut potensi lansia sangat memungkinkan untuk dikembangkan seperti dibentuknya kader-kader lansia dalam mendukung bidang kesehatan, bidang ekonomi kreatif (Putra, Y. A., Siregar, G., & Utami, S, 2019). Hal ini dikarenakan jumlah lansia yang cukup tinggi, dan banyak diantara mereka yang memiliki pengalaman bekerja yang mumpuni dalam bidang kesehatan dan ekonomi kreatif (Sutarni, S., Irawati, L., Unteawati, B., & Yolandika, C, 2018). Kondisi tersebut membuat wilayah Mojotengah – Menganti, Gresik sangat memungkinkan untuk dilakukan pelatihan kader lansia yang membantu meningkatkan derajat kesehatan dan ekonomi lansia.

Kebijakan terkait pengelolaan Lansia tertuang dengan jelas pada Peraturan Daerah No.3 tahun 2014 menyatakan setiap Lansia memiliki hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara, serta meningkatkan ketakwaan terhadap Tuhan yang maha

Esa. Untuk meningkatkan kesejahteraan Lansia berhak mendapatkan pelayanan keagamaan dan mental spiritual, pelayanan kesehatan, pelayanan pendidikan dan pelatihan, kemudahan dalam penggunaan fasilitas, sarana, dan prasarana umum, kemudahan dalam layanan bantuan hukum, perlindungan sosial, bantuan sosial (Setiawan, A, 2019). Selain itu pada pasal 7 terdapat penjelasan bahwa Peningkatan kesejahteraan sosial Lansia menjadi tanggung jawab bersama Pemerintah Daerah, keluarga dan masyarakat sesuai dengan kewenangan dan kapasitas masing-masing. Sehingga dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengelolaan dan pemberdayaan kesehatan dan ekonomi lansia menjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah dan masyarakat (Siregar, M. H. F. F., & Novita, A, 2021). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk 2 hal yaitu 1) meningkatkan kemampuan kader lansia dalam memfasilitasi pemeriksaan kesehatan agar lansia secara terjadwal dapat melakukan pemeriksaan kesehatan serta 2) untuk meningkatkan kemampuan kader lansia dalam mengelola lansia menjadi lebih produktif dengan memanfaatkan penanaman hidroponik

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan melakukan pengambilan data awal. Pengambilan data awal ditujukan untuk mendapatkan kembali gambaran kondisi terkini. Kondisi yang dikaji meliputi kondisi ekonomi dan kesehatan dilokasi pengabdian masyarakat.

Pendekatan dilakukan dengan perangkat kelurahan/desa, RW, RT dan kader lansia.

Tahap berikutnya adalah tahap perencanaan. Tahap perencanaan adalah tahap dimulainya diskusi antara tim dengan pihak mitra untuk menentukan alur rencana kerja dan waktu pelaksanaan. Tahap ini juga membahas dan menyeleksi terkait pihak-pihak yang memungkinkan dilibatkan dan jumlah sasaran seperti lokasi pelaksanaan, pakar yang diundang dan waktu pelaksanaan. Untuk lokasi pelaksanaan dilakukan di wilayah RW 08 Mojotengah, Menganti, Gresik dengan lama waktu pelaksanaan dilakukan selama 3 sesi pertemuan. Sesi pertama adalah FGD, sesi kedua adalah pelatihan kesehatan, dan sesi ketiga adalah pelatihan hidroponik

Tahap selanjutnya adalah tahap implementasi pelaksanaan rencana kerja. Pada tahap ini melibatkan kerjasama antara mitra, pemberdaya dan pihak eksternal. Pihak-pihak terkait saling bekerjasama guna meningkatkan keberhasilan pelaksanaan dan pengawasan selama proses berlangsung. Proses kerjasama juga dilakukan agar tidak terjadi/muncul “*dropout*”. Pada tahap ini rencana pelatihan kader lansia terkait kesehatan dan pelatihan keterampilan hidroponik dilakukan. Pelaksanaan dilakukan dengan mengundang pakar kesehatan dan pakar hidroponik. Untuk pakar kesehatan berasal dari RS yang bekerjasama dan pakar hidroponik berasal dari pelatih hidroponik yang tersertifikasi

Tahap keempat adalah tahap *controlling*, tahap ini dilakukan

sewaktu-waktu secara terjadwal selama proses rencana kerja berlangsung. Tahap ini berguna untuk mengontrol proses pelaksanaan dan melakukan perbaikan sewaktu-waktu terhadap proses pelaksanaan yang sedang berjalan agar tetap dapat berjalan sesuai arah tujuan.

Tahap terakhir adalah tahap evaluasi hasil perencanaan, tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh implementasi kegiatan berlangsung. Evaluasi yang dilakukan meliputi pemahaman kader lansia dan keterampilan kader lansia terkait pelaksanaan pemeriksaan kesehatan. Lama total waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat mulai dari tahap pertama sampai dengan terakhir adalah 4 bulan dengan lokasi di RW 08 Mojotengah, Menganti Gresik.

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dimulai dengan kordinasi dengan pihak kelurahan dan perangkat kelurahan, setelah mendapatkan izin pelaksanaan dilanjutkan dengan kordinasi dengan pihak RW dan RT. Pelaksanaan meliputi wilayah 1 RW dimana didalam wilayah tersebut terdapat 4 RT dengan jumlah lansia sebanyak kurang lebih 90 orang lansia. setelah mendapatkan izin dari RW dan RT kemudian ditentukan waktu pelaksanaan dan model pelaksanaan.

Pelaksanaan tahap pertama adalah kegiatan pembentukan kader lansia dan pelatihan penggunaan alat kesehatan yang dilakukan pada bulan agustus. Kegiatan tersebut melibatkan 20 kader lansia yang terdiri dari rentang usia 55 – 60 tahun. Kegiatan

pembentukan kader didatangi pula oleh pihak RT dan RW serta puskesmas. Kegiatan pembentukan kader dilakukan dengan memberikan materi pemahaman terhadap kader tentang pentingnya kader dalam peningkatan taraf kesehatan lansia di wilayah binaan. Setelah diberikan pemahaman maka dibentuk struktur organisasi kader. Setelah struktur terbentuk kemudian dilakukan pelatihan penggunaan alat kesehatan. Pelatihan dilakukan oleh pihak puskesmas bersama dengan tim anggota dari kegiatan pembinaan masyarakat desa. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan 2 prosedur yaitu demonstrasi langsung dan praktik perseorangan. Kegiatan praktik demonstrasi dilakukan oleh pihak puskesmas dan praktik perseorangan dilakukan antar kader lansia dengan pengawasan dari tim pembinaan masyarakat dan puskesmas.

Pelaksanaan tahap kedua adalah pelatihan hidroponik pada kader lansia. kegiatan pelatihan hari kedua dilakukan pada bulan september. Kegiatan ini didahului oleh kegiatan senam lansia yang merupakan kegiatan tambahan yang mendidik lansia untuk mampu melaksanakan senam lansia yang mendukung aktivitas lansia. kegiatan ini dihadiri oleh kurang lebih 70 orang lansia dan 20 orang kader lansia. kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh kader lansia. Setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan lansia dan kader lansia dilakukan pelatihan hidroponik yang mendatangkan pakar hidroponik bersertifikasi pelatih dari kelompok komunitas masyarakat hidroponik yang

berasal dari Surabaya. Pelatihan dilakukan selama 120 menit yang terdiri dari 30 menit pemaparan, 30 menit tanya jawab dan 60 menit demonstrasi. Kegiatan ini juga memfasilitasi setiap kader lansia untuk melakukan tahap uji coba dengan membagikan starter kit kepada setiap kader lansia dimasing-masing RT. Hal ini berguna untuk merangsang kader lansia mampu mencoba dan menjadi pilot project bagi setiap lansia di wilayah binaan.

Pelaksanaan tahap selanjutnya dilakukan pada bulan oktober dimana kegiatan lansia dilakukan. Kegiatan ini meliputi senam lansia yang menjadi aktivitas tetap lansia, pemeriksaan kesehatan, serta evaluasi keberhasilan penanaman hidroponik. Kegiatan berjalan lancar, setiap kader lansia mampu mempraktikkan kegiatan pemeriksaan kesehatan dan melakukan senam lansia walaupun masih dengan pendampingan. Sedangkan praktik uji coba hidroponik juga lancar. Hambatan yang muncul pada praktik hidroponik adalah ada sebagian kecil (10-15%) tanaman yang diujicobakan untuk ditanam tidak tumbuh karena faktor lingkungan dan ketelitian saat penanaman yang menyebabkan bibit tidak tumbuh.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat desa di wilayah mojongengah mengganti Gresik berhasil membentuk kader lansia di wilayah tersebut. Kegiatan pelatihan penggunaan alat kesehatan juga berhasil dilakukan dan berjalan, sedangkan untuk kegiatan hidroponik masih

terdapat sedikit hambatan sehingga perlu dilakukan pelatihan yang lebih intensif untuk pengembangan hidroponik ke tahap selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., & Azizah, N. (2018). *Teknologi Budidaya Tanaman Sayuran Secara Hidroponik*. Universitas Brawijaya Press.
- Masduki, A. (2017). Hidroponik Sebagai Sarana Pemanfaatan Lahan Sempit Di Dusun Randubelang, Bangunharjo, Sewon, Bantul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 185-192.
- Masyhura, M. D., & Arianty, N. (2019). Pemanfaatan Pekarangan dalam Usaha Budidaya Sayuran Secara Hidroponik. In *Prosiding Seminar Nasional Kewirausahaan* (Vol. 1, No. 1, pp. 182-186).
- Mulasari, S. A. (2018). Penerapan teknologi tepat guna (penanam hidroponik menggunakan media tanam) bagi masyarakat Sosrowijayan Yogyakarta. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 425-430.
- Natalia, C., Kusumarini, Y., & Poillot, J. F. (2017). Perancangan Interior Fasilitas Edukasi Hidroponik di Surabaya. *Intra*, 5(2), 97-106.
- Nugraha, A. W. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Desa Sumberdadi dengan Pelatihan Hidroponik dan Pupuk Organik. *JPP IPTEK (Jurnal Pengabdian Dan Penerapan IPTEK)*, 3(1), 25-32.
- Putra, Y. A., Siregar, G., & Utami, S. (2019, October). Peningkatan Pendapatan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Pekarangan Dengan Teknik Budidaya Hidroponik. In *Prosiding Seminar Nasional Kewirausahaan* (Vol. 1, No. 1, pp. 122-127).
- Setiawan, A. (2019). *Buku Pintar Hidroponik*. Laksana.
- Siregar, M. H. F. F., & Novita, A. (2021). Sosialisasi Budidaya Sistem Tanam Hidroponik Dan Veltikultur. *Ihsan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 113-117.
- Solikhah, B., Suryarini, T., & Wahyudin, A. (2018). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Pelatihan Hidroponik. *Jurnal Abdimas*, 22(2), 121-128.
- Sutarni, S., Irawati, L., Unteawati, B., & Yolandika, C. (2018). Proses Pengambilan Keputusan Pembelian Sayuran Hidroponik Di Kota Bandar Lampung. *Journal of Food System and Agribusiness*.