

**Membangun Desa Sehat Ramah Lansia dengan Pelatihan Kader
Posyandu Lansia**
*Building an Elderly Friendly Healthy Village with Training for Elderly
Integrated Healthcare Center Cadres*

**Yosephina E. S. Gunawan*, Maria Ch. E. Sukartiningsih, Domianus
Namuwali, Leni landudjama, Martha Meti Kody**

Poltekkes Kemenkes Kupang, Waingapu

Email: bettytjang@gmail.com*, endang.inovari@gmail.com,
domianus2012@gmail.com, lenildj92@gmail.com, kodymartha@gmail.com,

*Corresponding Author: bettytjang@gmail.com

ABSTRAK

Setiap orang yang mencapai usia lanjut disebut Lansia. Tahap ini merupakan perkembangan normal yang tidak dapat dihindari. Perubahan fisik dan mental akan dialami oleh lansia, tetapi perubahan-perubahan ini dapat diantisipasi sehingga tidak mempengaruhi kualitas hidup lansia. Perubahan yang terjadi dapat menyebabkan berbagai keluhan bagi lansia. Hal ini dapat diatasi dengan baik bila deteksi dini dilakukan secara teratur. Pelayanan Kesehatan yang paling dekat dengan masyarakat untuk deteksi dini pada lansia adalah Posyandu lansia. Puskesmas Kanatang merupakan daerah binaan Prodi Keperawatan Waingapu. Hanya terdapat 2 posyandu lansia yang aktif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk mempersiapkan ibu-ibu kader untuk pelayanan Posyandu lansia yaitu dengan memberikan pelatihan bagi kader. Sebelum dilakukan kegiatan pelatihan ini Tim pengabmas melakukan sosialisasi pada masyarakat atas dukungan dari bapak Lurah dan kepala puskesmas. Kegiatan ini dilakukan selama 2 hari, yaitu hari pertama pemberian materi dan hari kedua simulasi pelaksanaan posyandu lansia. Sebelum dan sesudah pelatihan kader posyandu lansia dilakukan pre dan post -test. Hal ini untuk menilai kemampuan dari peserta pelatihan. Hasil dari kegiatan pelatihan kader lansia ini sangat baik dimana nilai saat pretest rata-rata 40 dan nilai post test rata-rata 90.

Kata Kunci: Desa sehat; kader; lansia; posyandu lansia.

ABSTRACT

Everyone who reaches old age is called *Elderly*. *Everyone cannot be avoided this stage as a normal development that. Physical and mental changes will be experienced by the elderly, but these changes can be anticipated so that they do not affect the quality of life of the elderly. The changes that occur can cause various complaints about the elderly. Every elderly can overcome this complaint if they have early detection regularly. The health service closest to the community for early detection of the elderly is the Posyandu for the elderly. Kanatang Health Center is a target area for the Waingapu Nursing Study Program. There are only two active elderly Integrated Healthcare Centers. This community service activity prepares cadres for Integrated Healthcare Center services for the elderly, namely by providing training for cadres. Before this training activity, the Community Service Team carried out socialization to the community with the support of the Lurah and the head of the Public health centre. This activity was carried out for two days, namely the first day of providing material and the second day of simulating the implementation of the Integrated Healthcare Center for the elderly. Before and after the training for the elderly Integrated Healthcare Center cadres, pre and post-test were carried out. This test is to assess the ability of the trainees. The results of this elderly cadre training activity are excellent, where the average pretest score is 40, and the post-test score is 90.*

Keywords: Cadre; elderly; elderly integrated healthcare center; healthy village.

PENDAHULUAN

Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, berdasarkan Undang Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Secara global populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan. Populasi lansia di Indonesia diprediksi meningkat lebih nggi dari pada populasi lansia di dunia setelah tahun 2100 (InfoDATIN, 2016). Lansia sebagai tahap akhir dari siklus kehidupan merupakan tahap perkembangan normal yang akan dialami oleh setiap individu yang mencapai usia lanjut dan merupakan kenyataan yang tidak dapat dihindari (Raudhoh & Pramudiani, 2021).

Keberadaan lansia seringkali dipersepsikan secara negatif, dianggap sebagai beban keluarga dan masyarakat sekitarnya serta dianggap sebagai individu yang tidak mandiri. Kenyataan ini mendorong semakin berkembangnya anggapan bahwa menjadi tua identik dengan semakin banyaknya masalah yang dialami oleh lansia. Lansia cenderung dipandang masyarakat tidak lebih dari sekelompok orang yang

ketergantungan dengan orang-orang yang ada disekitarnya (Endang Purnawati Rahayu; Herniwanti; et al., 2021)

Banyak orang merasa takut memasuki masa lanjut usia, karena merasa tidak berguna, lemah, tidak punya semangat hidup, penyakit, pelupa, pikun, tidak diperhatikan oleh keluarga dan masyarakat, menjadi beban orang lain, dan sebagainya (Abdi;, 2017). Memang pada masa lanjut usia orang mengalami berbagai perubahan, secara fisik maupun mental. Tapi perubahan-perubahan ini dapat diantisipasi sehingga tidak datang lebih dini. Proses penuaan pada setiap orang berbeda-beda, tergantung pada sikap dan kemauan seseorang dalam mengendalikan atau menerima proses penuaan itu (Komisi Nasional Lanjut Usia, 2010).

Salah satu hasil pembangunan kesehatan di Indonesia adalah meningkatnya angka harapan hidup. Dengan meningkatnya harapan hidup, populasi penduduk lanjut usia semakin meningkat. Hal ini berarti kelompok resiko dalam masyarakat lebih tinggi lagi (Ministry of Health, 2018).

Peningkatan harapan hidup lansia bisa menjadi tolak ukur kemajuan suatu negara, tetapi disisi lain hal tersebut akan menimbulkan masalah baru terutama masalah kesehatan dan masalah sosial yang akan muncul akibat lansia yang terlantar (InfoDATIN, 2016). Dengan penanganan yang tidak tepat, lansia yang pada dasarnya sudah mengalami kemunduran kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan akan berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia (Rohmah et al., 2012).

Jumlah lansia pada tahun 2014 mencapai 20,24 juta jiwa atau setara dengan 8,03% dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat menjadi 21,4% di Indonesia dan 25,3% di dunia (InfoDATIN, 2016). Data lansia kelurahan Temu sendiri ada 170 orang (16, 44%) dari total populasi.

Permasalahan yang dihadapi lasia sangat kompleks baik fisik maupun psikologis, kondisi ini perlunya deteksi dini penyakit yang dialami oleh lansia sehingga mendapatkan pelayanan kesehatan lebih awal

sebelum terjadi komplikasi yang lebih luas. Pelayanan dasar ditingkat masyarakat adalah posyandu, dimana Posyandu lansia merupakan wadah atau Pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati, dan digerakkan oleh masyarakat dimana mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dasar bagi lansia (Rahayu et al., 2017).

Posyandu lasia yang sukses dalam memberikan pelayanan tergantung dari keaktifan kader-kadernya. Karena kegiatan posyandu ini adalah kegiatan “dari masyarakat, untuk masyarakat dan oleh masyarakat” (Komisi Nasional Lanjut Usia, 2010).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu sosialisasi rencana kegiatan dan pelatihan kader posyandu lansia. Pelaksanaan kegiatan dilakukan 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Pada tahap persiapan, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Kanatang dan Lurah

Kelurahan Temu sebagai Kordinator wilayah di lokasi kegiatan pengabdian masyarakat. Setelah berkordinasi dan mendapatkan ijin dari Kepala Puskesmas Kanatang dan Lurah Kelurahan Temu, selanjutnya Tim melakukan survei lokasi dan persiapan kegiatan sosialisasi dan pelatihan. Hal-hal yang disiapkan yaitu alat dan bahan yang akan digunakan (proposal kegiatan, form absensi, form berita acara, file PPT/materi, proyektor, LCD, pengeras suara, perlengkapan posyandu lansia, dll), lokasi kegiatan (sosialisasi di aula kelurahan, pelatihan di aula Prodi Keperawatan Waingapu), dan peserta (petugas puskesmas, petugas kelurahan, ibu-ibu kader PKK, Toga, Tomas, petugas Tantibmas, dosen dan mahasiswa).

Pada tahap pelaksanaan, Tim Pengabdian masyarakat melaksanakan kegiatan sesuai jadwal. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2019 di aula kantor Kelurahan Temu, sedangkan pelatihan kader posyandu lansia dilaksanakan di Aula Program Studi Keperawatan Waingapu selama 2 hari pada tanggal 17 dan 18 Agustus 2019.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Sosialisasi

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2019 selama di balai Kelurahan Temu Kecamatan Kanatang Kabupaten Sumba Timur, pada jam 09.00 hingga jam 13,00 wita.

Kegiatan Sosialisasi ini bertujuan untuk memaparkan rencana kegiatan sebagai perwujudan dari pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman pada masyarakat tentang Posyandu Lansia, Menginisiasi terbentuknya Posyandu Lansia, dan melaksanakan kegiatan Posyandu Lansia.

Sosialisasi kegiatan mencakup rencana kegiatan, konsep sederhana tentang lansia, dan situasi yang terjadi pada lansia di kelurahan Temu. Jumlah peserta yang hadir adalah 60 orang, terdiri dari tokoh masyarakat di kelurahan Temu, Kepala Puskesmas Kanatang dan tim, Sekretaris Kelurahan Temu dan tim, Kader PKK, Petugas Tantibmas, Dosen dan mahasiswa Program Studi Keperawatan

Partisipasi mitra dalam hal ini Puskesmas Kanatang dan Kelurahan Temu yaitu memfasilitasi dan memberikan informasi kepada masyarakat di Kelurahan Temu terkait kebijakan dan program pemerintah yang mendukung kesejahteraan lansia.

Materi lain yang diberikan kepada masyarakat disampaikan oleh Tim Pengabdian Masyarakat, yaitu Konsep dasar lansia dan perubahan-perubahan fisiologi yang terjadi di masa lanjut usia, Gambaran umum penyakit-penyakit degeneratif, dan Konsep dasar Posyandu Lansia. Materi ini disajikan dengan sederhana dalam 45 menit, dan dilanjutkan dengan sesi diskusi Bersama masyarakat yang hadir.

Kegiatan sosialisasi ini direspon baik oleh masyarakat, hal ini dapat dilihat dari banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan dan masukan baik dari masyarakat maupun pemerintah kelurahan Temu.

Salah satu masukan dari Lurah Temu yang mengharapkan kegiatan ini menjangkau semua RW di Kelurahan Temu, dimana terdapat 1 posyandu lansia di setiap RW. Tim

Pengabdian Masyarakat memberikan penjelasan bahwa Pelatihan bagi kader Posyandu lansia dalam kegiatan pengabmas ini diperuntukkan bagi semua perwakilan kader dari masing-masing RW di Kelurahan Temu, dan diharapkan Pemerintah Desa dan Puskesmas Kanatang memfasilitasi dan mendukung terbentuknya Posyandu lansia di masing-masing RW.

Sarana dan alat yang digunakan yaitu mobil atau kendaraan roda dua karena jarak dari institusi Pendidikan ke lokasi kegiatan \pm 5 km. Alat lain yang digunakan untuk menunjang jalannya kegiatan berupa spanduk, Laptop dan LCD sebagai media penyampaian materi. Untuk mendokumentasikan kegiatan sosialisasi tersebut maka perlu alat dokumentasi berupa kamera. Rencana Tindak lanjut dimana TIM akan meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM) dalam hal ini adalah calon kader yaitu dengan memberikan pelatihan kader Posyandu Lansia dalam beberapa waktu kedepan.



Gbr.1 Sosialisasi kegiatan Pengabmas di kantor Kelurahan Temu, 2019.



Gbr.2 Penandatanganan Berita Acara dan penyerahan rancangan kegiatan kepada pihak Kelurahan Temu, 2019.

Pelatihan Kader Posyandu Lansia

Pelatihan kader posyandu lansia dilaksanakan di Aula Program Studi Keperawatan Waingapu selama 2 hari pada tanggal 17 dan 18 Agustus 2019. Kegiatan dimulai jam 08.00 hingga 16.00 wita, dan diikuti oleh 20 orang calon kader yang merupakan perwakilan dari 5 RW di Kelurahan Temu. Narasumber dan pelatih terdiri dari Dosen Prodi Keperawatan Waingapu, Kepala Puskesmas

Kanatang, dan Tim Penggerak PKK Kelurahan Temu.

Kegiatan hari pertama diisi dengan materi-materi tentang Posyandu lansia, Tugas dan tanggung jawab Kader Posyandu Lansia, dan Pelaksanaan Posyandu lansia.

Pre dan post test dilakukan untuk mengukur keberhasilan penerimaan materi oleh peserta pelatihan. *Pre-test* dilakukan sebelum materi disampaikan kepada peserta, dan *post-test* dilakukan setelah materi diberikan. Rata-rata nilai hasil *pre-test* sebesar 40, sedangkan rata-rata hasil *post-test* sebesar 90, dengan nilai tertinggi 95 dan nilai terendah 80. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang Posyandu Lansia.

Sesi diskusi juga dilakukan saat setiap pemateri selesai menyampaikan materinya, disini terlihat antusias peserta dengan banyak pertanyaan yang disampaikan oleh peserta.

Kegiatan hari kedua diisi dengan latihan mengukur tanda-tanda vital seperti mengukur tekanan darah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan mengisi

KMS lansia. Setiap peserta didampingi dan dilatih oleh tim pengabdian masyarakat untuk melakukan praktek secara mandiri. Peserta terlihat semangat dalam melakukan praktik Bersama TIM Pengabmas.

Simulasi pelaksanaan Posyandu lansia dengan metode 5 meja juga dilakukan oleh semua peserta bersama tim pengabdian masyarakat.



Gbr.3 Peserta berlatih mengukur TB dan BB, 2019.

Tujuan Kegiatan ini untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia dalam hal ini adalah calon kader yaitu dengan memberikan pelatihan kader Posyandu Lansia. Calon kader perlu dibekali dengan pengetahuan yang luas tentang materi Posyandu Lansia dan kegiatan apa saja yang ada pada

Posyandu Lansia (Kemenkes RI, 2012). Dengan harapan persiapan Posyandu Lansia yang mandiri. Sehingga bila suatu saat kader dituntut harus mandiri maka calon kader dapat menjalankan tugas dan fungsinya sebagai kader Posyandu Lansia yang berkualitas (Priyoto, 2015).



Gbr.4 Peserta pelatihan melakukan latihan mengukur tekanan darah, 2019.

Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan monev yang dilakukan pada kegiatan sosialisasi pada tanggal 13 Agustus 2019 kegiatan berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan kegiatan. Evaluasi yang dilakukan yaitu: 1) Input, meliputi persiapan baik SDM, tenaga, materi, sarana prasarana dan sasaran. 2) Proses, meliputi ketepatan waktu, keteraturan acara, kehadiran jumlah

peserta, daya tarik peserta, kepuasan peserta terhadap penjelasan pembicaraan, serta tanggapan peserta terhadap materi sosialisasi yang disampaikan. 3) *Output*, meliputi pemerintah desa beserta jajarannya dan masyarakat antusias dengan pembentukan Posyandu Lansia. Monev untuk kegiatan pelatihan pada tanggal 17 dan 18 Agustus 2019, dapat berjalan dengan baik dan hasil nilai *pre-test* dan *post-test* terjadi peningkatan yang signifikan.



Gbr.4 Memaparkan hasil Evaluasi kepada peserta pelatihan, 2019.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian tentang sosialisasi dan pelatihan calon kader Posyandu Lansia berjalan sesuai tujuan. Mitra dan masyarakat merespon kegiatan ini dengan sangat baik hal ini dapat dilihat dari kehadiran, partisipasi dan antusias

peserta dalam mengikuti semua rangkaian kegiatan sosialisasi dan pelatihan.

Aksi tersebut dilakukan berdasarkan penelusuran pustaka dari berbagai macam hasil penelitian yang dilakukan oleh lembaga pemerintah maupun akademisi. Kegiatan ini merupakan agenda Pengabdian Masyarakat dalam rangka melakukan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Pada kedua kegiatan ini respon positif baik dari pemerintah kelurahan, puskesmas dan masyarakat. Dukungan yang baik dari semua pihak sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik. Kegiatan ini didanai oleh DIPA tahun 2019 Poltekkes Kemenkes Kupang.

Perencanaan koordinasi dan pemberian informasi kegiatan pengabdian kepada mitra, dan kepala Puskesmas dilaksanakan pada bulan Juli 2019. Tim pelaksana terdiri dari dosen dan mahasiswa Prodi Keperawatan Waingapu melakukan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Kanatang dan Lurah Kelurahan Temu. Ketua Tim menyampaikan tujuan kegiatan dan memberikan penjelasan rencana pelaksanaan kegiatan secara teknis.

Koordinasi kegiatan dilakukan juga kepada desa mitra dalam hal ini bapak lurah dan kepala Puskesmas yang mempunyai wilayah kerja lokasi kegiatan. Tim Pengabdian menjelaskan rincian kegiatan secara teknis dan sepatutnya waktu yang disesuaikan dengan waktu luang dari kedua pejabat baik lurah maupun kepala Puskesmas. Selanjutnya bapak lurah berkoordinasi dengan stafnya untuk mengundang masyarakat saat kegiatan sosialisasi. Sedangkan kepala Puskesmas melakukan koordinasi dengan stafnya dan pemegang program lansia untuk kegiatan yang dimaksud.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, A. T. H. V. M. A. (2017). Aktivitas Lansia Berhubungan dengan Status Kesehatan lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Nursing News*, 2(1), 81–87. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
- Endang Purnawati Rahayu; Herniwanti, Dewi, O., & Yunita, J. (2021). Simulasi Pertolongan Pertama Terjadinya Kecelakaan Pada Lansia Di Puskesmas Sapta Taruna Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 01(1), 20–31. <https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk/article/view/716/309>
- InfoDATIN. (2016). Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia. In *Infodatin Kemenkes RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-lansia-2016.pdf>
- Kemenkes RI, K. K. (2012). *Kurikulum dan modul Pelatihan fasilitator Pemberdayaan kader Posyandu*. Kementerian Kesehatan RI.
- Komisi Nasional Lanjut Usia. (2010). Pedoman Posyandu Lansia. In *Standar Oprasional Prosedur Pramusaji Untuk Meningkatkan Kepuasan Tamu Di Saffron Restaurant*. <https://agus34drajat.files.wordpress.com/2010/10/pedoman-pelaksanaan-posyandu-lanjut-usia.pdf>
- Ministry of Health. (2018). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017 [Data and Information for Indonesian Health Profile 2017]*. http://www.pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2017.pdf
- Priyoto. (2015). *Perubahan dalam Perilaku Kesehatan; Konsep dan Aplikasi*. Graha Ilmu.
- Rahayu, A., Noor, M. Sy., Yulidasari, F., Rahman, F., & Putri, A. O. (2017). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). Airlangga University Press. <http://kesmas.ulm.ac.id/id/wp-content/uploads/2019/02/buku-ajar-kesehatan-reproduksi-remaja-dan-lansia.pdf>
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia

Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130.
<https://doi.org/10.22437/medical-dedication.v4i1.13458>

Rohmah, A. I. N., Purwaningsih, & Bariyah, K. (2012). Kualitas Hidup Lanjut Usia (Quality of Life Elderly). *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 120–132.
<https://media.neliti.com/media/publications/255810-kualitas-hidup-lanjut-usia-cc5cde49.pdf>