

## **PENINGKATAN DERAJAT KESEHATAN MELALUI EDUKASI POSYANDU LANSIA DI KELURAHAN LINGKAR SELATAN KECAMATAN PAAL MERAH KOTA JAMBI**

**Hubaybah<sup>1\*</sup>, Dwi Noerjoedianto<sup>2</sup>, Rd Halim<sup>3</sup>, Fitriaekaputri<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Jambi, Indonesia

[hubaybah@unja.ac.id](mailto:hubaybah@unja.ac.id)<sup>1</sup>, [dwinnoerjoedianto@unja.ac.id](mailto:dwinnoerjoedianto@unja.ac.id)<sup>2</sup>

[halim75@unja.ac.id](mailto:halim75@unja.ac.id)<sup>3</sup>, [fitriaekaputri@unja.ac.id](mailto:fitriaekaputri@unja.ac.id)<sup>4</sup>

Received: 09-10-2023

Revised: 09-10-2023

Approved: 11-10-2023

### **Abstrak**

*Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui edukasi posyandu lansia di Kelurahan Lingkar Selatan Kecamatan Palmerah Kota Jambi. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu melalui wawancara, penyebaran kuesioner (pre-test). Kemudian pada tahap akhir dilakukan evaluasi melalui tanya jawab dan (post-test) untuk mengetahui tingkat pemahaman posyandu lansia tentang peran Posyandu dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia setelah pemberian edukasi dan (post test). Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa berdasarkan nilai rata-rata nilai lansia pada saat Pre-test adalah 4,15 dengan nilai terendah adalah 2 (dua) dan nilai tertinggi adalah 7 (tujuh) Sedangkan rata-rata nilai Lansia pada saat Post-test adalah 8 (delapan) dengan nilai terendah adalah 5 (lima) dan nilai tertinggi adalah 10 (sepuluh). Ini menunjukkan bahwa pengetahuan Lansia mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi tentang peran dan dukungan Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia.*

**Kata Kunci:** Lansia. Posyandu

### **PENDAHULUAN**

Meningkatnya usia harapan hidup menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia lansia terus meningkat dari tahun ke tahun. Menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan lanjut usia (lansia) adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Di seluruh dunia penduduk lansia tumbuh dengan sangat cepat bahkan tercepat dibanding kelompok usia lainnya (Depkes R.I, 2000).

Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta), dan tahun 2035 (48,19 juta). Badan Pusat Statistik (2017) dalam publikasinya juga menyebutkan dalam waktu hampir lima dekade, persentase lansia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2017), yakni menjadi 8,97 persen (23,4 juta) di mana lansia perempuan sekitar satu persen lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (9,47 persen banding 8,48 persen). Selain itu,

lansia Indonesia didominasi oleh kelompok umur 60-69 tahun (lansia muda) yang persentasenya mencapai 5,65 persen dari penduduk Indonesia, sisanya diisi oleh kelompok umur 70-79 tahun (lansia madya) dan 80+ (lansia tua) (BPS, 2017).

Menurunnya fungsi fisiologis dari lansia dikarenakan faktor bertambahnya umur tentunya juga menambah masalah pada kesehatan lansia tersebut. Masalah yang terjadi pada lansia diantara lain sakit gigi 2,48%, diare 3,05%, asma 11,09%, panas 17,83%, sakit kepala 19,52%, pilek 21,52%, batuk 33,89% dan lainnya 63,68%. Menurut Kemenkes, pada tahun 2013 keluhan kesehatan lansia yang paling tinggi adalah keluhan yang merupakan efek dari penyakit kronis seperti asam urat, darah tinggi, rematik, darah rendah dan diabetes (Kemenkes RI, 2014).

Untuk mencegah penyakit pada lansia dan untuk meningkatkan derajat Kesehatan lansia di masa tua yang bahagia, sehat serta berdaya guna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat, pemerintah telah merumuskan kebijakan pelayanan kesehatan lansia pada beberapa jenjang pelayanan. Pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat adalah Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) lansia, pelayanan kesehatan lansia tingkat dasar adalah Puskesmas dan pelayanan kesehatan tingkat lanjutan adalah Rumah Sakit.

Posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat lansia di wilayah tertentu yang sudah disepakati, yang digerakkan oleh masyarakat untuk mendapatkan pelayanan kesehatan. Posyandu lansia adalah bentuk pelayanan kesehatan bersumber daya masyarakat atau UKBM yang dibentuk oleh masyarakat berdasarkan inisiatif dan kebutuhan masyarakat, khususnya pada penduduk lanjut usia. Tujuan Posyandu lansia ini menitik beratkan pada upaya promotif dan preventif dalam memberikan pelayanan kesehatan di masyarakat sehingga terbentuk pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia. Dalam mempermudah melaksanakan kegiatan posyandu lansia dapat dibantu oleh kader posyandu lansia yang mana kader posyandu lansia adalah dari, oleh dan untuk masyarakat bekerja secara sukarela bertugas untuk membantu dan memastikan kelancaran pelaksanaan posyandu lansia (Giri Udani, 2018).

Kegiatan posyandu lansia yang berjalan dengan baik akan memberi kemudahan bagi lansia dalam mendapatkan pelayanan kesehatan dasar, sehingga kualitas hidup masyarakat di usia lanjut tetap terjaga dengan baik dan optimal. Melihat berbagai kegiatan di posyandu lansia memberikan kemanfaatan yang cukup banyak bagi kesehatan lansia seharusnya para lansia berupaya memanfaatkan keberadaan posyandu di wilayahnya tersebut sebaik mungkin, agar kesehatan para lansia dapat terpelihara dan terpantau secara optimal. Namun fenomena di lapangan menunjukkan fakta yang berbeda. Posyandu lansia ternyata hanya ramai pada awal pendirian saja, selanjutnya lansia yang memanfaatkan posyandu semakin berkurang. Salah satu faktor penting adalah peran kader yang belum memadai (Khuluqo & Nuryati, 2020).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan ke kelurahan Lingkar Selatan didapatkan 5 jumlah posyandu lansia. Kegiatan posyandu lansia ini tidak berjalan maksimal. Pada saat dilakukan wawancara kepada pegawai kelurahan mereka menyatakan sudah lama sekali kader-kader posyandu lansia tidak aktif dalam

kegiatan posyandu, namun pada studi pendahuluan ke Puskesmas Paal Merah I pemegang program lansia mengatakan capaian program sudah tercapai secara umum untuk posyandu lansia, namun pada pelaksanaannya kader masih kurang aktif di beberapa posyandu salah satunya posyandu yang ada di kelurahan Lingkar Selatan kecamatan Paal Merah. Berdasarkan wawancara yang dilakukan ke beberapa lansia yang ada di kelurahan lingkar selatan kemampuan kader posyandu yang masih kurang aktif dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia sehingga lansia merasa pelayanan kesehatan yang diberikan tidak dapat mengatasi masalah kesehatan lansia. Kemampuan berkomunikasi Kader Posyandu yang kurang dipahami oleh lansia dan keluarga lansia, akibatnya penyampaian informasi kegiatan-kegiatan Posyandu tidak tersampaikan dengan baik kepada para lansia dan keluarganya.

Berdasarkan analisis situasi tersebut maka perlu adanya suatu upaya untuk memberikan solusi alternatif yang mampu meningkatkan dukungan aktif posyandu lansia menuju sehat dan sejahtera di kelurahan lingkar selatan kecamatan paal merah kota Jambi.

## **METODE**

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di di kelurahan lingkar selatan kecamatan paal merah kota Jambi pada hari Kamis, 14 September 2023 di Aula Kantor Kelurahan lingkar selatan. Adapun subyek pengabdian masyarakat ini yaitu sebanyak 20 lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan (observasi), tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

Tahap awal dilakukan pengumpulan data melalui wawancara dan kuesioner (pre-test) untuk melihat pengetahuan dan pemahaman lansia tentang dukungan peran kader Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia. Para lansia diberikan soal (kuesioner) berupa kertas dan pena untuk menjawab soal tersebut. Soal dalam bentuk objektif dan berjumlah 10 soal (Lampiran). Kemudian pada tahap akhir dilakukan evaluasi melalui tanya jawab dan (post-test) untuk mengetahui tingkat pemahaman kader posyandu setelah penyuluhan dan pelatihan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini telah dilakukan pada hari Kamis, 14 September 2023 di Aula Kantor Kelurahan lingkar selatan. Kegiatan ini dibuka oleh Lurah lingkar selatan. Sementara itu, narasumber terdiri 2 orang yaitu Lurah lingkar Selatan dan Dosen FKIK program studi Ilmu Masyarakat Universitas Jambi yang diikuti oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan mahasiswa dari FKIK Universitas Jambi.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan oleh Lurah Lingkaran Selatan

Adapun Kegiatan selanjutnya dilanjutkan dengan edukasi kesehatan kepada 20 lansia di kelurahan lingkaran selatan. Materi edukasi yang diberikan mencakup kegiatan posyandu lansia dan aktivitas yang perlu dilakukan oleh lansia agar memiliki kualitas hidup yang baik. Materi yang diberikan adalah informasi tentang peran kader dan kegiatan posyandu lansia, penyakit yang sering ditemukan pada lansia dan cara hidup sehat di usia lanjut. Materi ini juga mencakup zat gizi dan sumber makanan yang diperlukan oleh lansia sehingga memenuhi kebutuhan gizi lansia dan kondisi kesehatan lansia tetap terjaga.

Materi lainnya adalah aktivitas fisik yang perlu dilakukan oleh lansia. Pada lansia banyak dari organ-organ tubuh yang mulai mengalami proses degenerasi. Terjadi penurunan massa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, kapasitas aerobik, dan terjadinya peningkatan lemak tubuh. Bukti-bukti yang ada menunjukkan bahwa latihan dan olahraga pada lansia dapat mencegah atau melambatkan kehilangan fungsional tersebut, bahkan latihan yang teratur dapat memperbaiki kesakitan dan kematian yang diakibatkan oleh penyakit kardiovaskuler. Untuk menghindari faktor-faktor risiko yang ada, terutama sebagai pencegahan dari berbagai penyakit degeneratif harus dilakukan sehingga tujuan usia lanjut yang disebut “menua sehat” dapat tercapai.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 3. Kegiatan Pre-test Lansia Sebelum diberikan Edukasi

Jika dilihat berdasarkan indikator input dan proses, kegiatan dapat dikategorikan berjalan dengan baik. Terkait indikator input, mitra yang terlibat yaitu Kelurahan lingkaran selatan berkenan menjadi mitra dan memberikan dukungan baik dalam tempat, sarana, prasarana, dan dukungan lainnya. Sementara itu, jika dilihat berdasarkan indikator proses, keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari adanya koordinasi antara tim pengabdian masyarakat dengan mitra dan instansi yang akan dilibatkan dalam kegiatan ini sebelum acara dilaksanakan.

Sebelum kegiatan edukasi dilakukan, diberikan *Pre-test* atau tes awal ( Gambar 3) kepada lansia guna untuk melihat pengetahuan dan pemahaman lansia tentang dukungan peran kader Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia. Para lansia diberikan soal (kuesioner) berupa kertas dan pena untuk menjawab soal tersebut. Soal dalam bentuk objektif dan berjumlah 10 soal.

Sedangkan distribusi frekuensi untuk hasil *Pre-test* atau tes awal kepada lansia sebelum diberikan edukasi. Berdasarkan hasil *Pre-test* diketahui bahwa sebagian besar lansia mendapat nilai  $\leq 5$ , yaitu sebanyak 15 orang lansia (75%). Rata-rata nilai lansia pada saat *Pre-test* adalah 4,15 dengan nilai terendah adalah 2 (dua) dan nilai tertinggi adalah 7 (tujuh). Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan lansia dikatakan rendah sebelum diberikan penyuluhan tentang peran dan dukungan kader Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia.

Setelah diberikan *pre-test*, selanjutnya diberikan informasi kepada lansia tentang pentingnya peran dan dukungan kader pada kegiatan posyandu lansia, kemudian pemberian edukasi kepada masyarakat lansia kelurahan lingkaran selatan mengenai kualitas hidup pada lansia dan cara-cara yang dapat dilakukan agar masyarakat dapat hidup di usia senja dengan berkualitas, sehat dan Sejahtera. Kegiatan edukasi ini diberikan oleh dosen dan dibantu oleh mahasiswa. Lansia mendengarkan dengan seksama edukasi yang diberikan. Kegiatan ini dilaksanakan selama lebih kurang 1 jam dengan jumlah peserta (Lansia) sebanyak 20 orang lansia.



Gambar 4. Kegiatan Pemberian Edukasi



Gambar 5. Kegiatan Post-test Lansia Sesudah diberikan Edukasi

Setelah kegiatan edukasi (Gambar 4), selanjutnya diberikan *post-tes* (Gambar 5) . Pemberian *post-test* bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang materi yang diberikan. Soal dalam *post-test* sama dengan soal *pre-test* yaitu sebanyak 10 soal, sehingga diketahui apakah ada perbedaan

pengetahuan lansia tentang peran dan dukungan kader posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Berdasarkan hasil *post-test* yang dilakukan diketahui bahwa sebagian besar Lansia mendapat nilai  $\geq 6$ , yaitu sebanyak 17 orang Lansia (85%). Rata-rata nilai Lansia pada saat *Post-test* adalah 8 (delapan) dengan nilai terendah adalah 5 (lima) dan nilai tertinggi adalah 10 (sepuluh). Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan Lansia dikatakan meningkat setelah diberikan edukasi tentang peran dan dukungan kader Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Hasil pengabdian masyarakat ini memperlihatkan bahwa pengetahuan Lansia mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi dalam bentuk informasi dan edukasi tentang peran dan dukungan kader Posyandu dalam meningkatkan kesehatan lansia. Hal ini berdasarkan nilai rata-rata nilai lansia pada saat *Pre-test* adalah 4,15 dengan nilai terendah adalah 2 (dua) dan nilai tertinggi adalah 7 (tujuh) Sedangkan rata-rata nilai Lansia pada saat *Post-test* adalah 8 (delapan) dengan nilai terendah adalah 5 (lima) dan nilai tertinggi adalah 10 (sepuluh).

### **Saran**

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, beberapa saran disampaikan kepada pihak mitra agar memfasilitasi kegiatan posyandu lansia. Adapun bagi kader posyandu agar memberi dukungan aktif kepada para lansia agar dapat lebih meningkatkan derajat kesehatan lansia menuju sehat dan Sejahtera. Sedangkan bagi masyarakat khususnya para lansia untuk selalu berpartisipasi dalam kegiatan posyandu lansia sehingga apa yang sudah direncanakan dalam kegiatan posyandu lansia dapat terwujud.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- BPS. (2017). *Statistik Penduduk Usia*. Badan Pusat Statistik.
- Depkes R.I. (2000). *Pedoman Pembinaan Kesehatan Lanjut Usia*. Direktorat Bina Kesehatan keluarga.
- Giri Udani. (2018). PENDAMPINGAN KADER POSYANDU LANSIA DI KELURAHAN HADIMULYO BARAT METRO. *SAKAI SAMBAYAN —Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 74–75.
- Kemendes RI. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. usat data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Khuluqo, I. El, & Nuryati, T. (2020). PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN KADER POSYANDU LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIMUNING. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 02(01), 1–5.