PERAN POSYANDU LANSIA TERHADAP KESEHATAN LANSIA DI PERUMAHAN BINA GRIYA INDAH KOTA PEKALONGAN

Dian Kusumawardani¹, Putri Andanawarih²

e-mail: kusumadian.89@gmail.com

DIII Kebidanan Akbid Harapan Ibu Pekalongan

Jln. Sriwijaya No 7 Pekalongan

Telp. 085102998866

Abstrak

Lansia merupakan proses tumbuh kembang manusia, dari anak-anak sampai bertambah usia menjadi tua. Orang yang sudah lanjut usia (lansia) mengalami penurunan kemampuan jaringan tubuh untuk memperbaiki diri. Selain itu, masuk dalam kelompok usia lanjut dapat menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, psikologis, sosial ekonomi. **Tujuan :** untuk mengetahui peran dari posyandu lansia terhadap kesehatan lansia. **Metode penelitian :** menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dan menggunakan teknik wawancara dalam mengumpulkan data-data penelitian. **Hasil :** didapatkan bahwa posyandu lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan sudah berdiri selama 10 tahun, dengan 38 lansia yang saat ini terdata dalam posyandu lansia. Para lansia telah mengetahui manfaat dari posyandu dan sudah memanfaatkan pelayanan kesehatan di posyandu untuk memantau kesehatan, seperti cek tekanan darah, timbang berat badan, cek gula darah, dan cek asam urat. Selain itu juga terdapat kegiatan senam dan penyuluhan kesehatan oleh dokter. **Kesimpulan :** posyandu lansia sudah berperan dalam menjaga kesehatan lansia dengan pemeriksaan rutin tiap bulan, dan pemberian obat sederhana sesuai kebutuhan lansia.

Kata kunci : *Posyandu Lansia, Kesehatan Lansia*

1. Pendahuluan

Manusia secara alamiah akan mengalami proses penuaan atau menjadi tua. Menua (menjadi tua) adalah proses kehilangan perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri. Manusia yang sudah menjadi tua akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial. Seseorang dikatakan sudah menjadi tua dalam Undang-Undang No 13 Tahun 1998 dikenal dengan nama lansia yang sudah berusia lebih dari 60 tahun. Lanjut usia (lansia) adalah salah satu bagian dari proses tumbuh kembang manusia. Lansia didefinisikan berdasarkan karakteristik sosial masyarakat, dimana orang yang sudah lanjut usia memiliki ciri-ciri rambut beruban, kerutan kulit, dan hilangnya gigi^[1].

Perubahan yang terjadi pada lansia tidak hanya pada kondisi fisik, tetapi juga terdapat perubahan psikologis. Perubahan psikologis pada lansia terjadi karena adanya perubahan peran dan kemampuan fisik orang tua dalam melakukan kegiatan, baik kegiatan untuk diri sendiri maupun di kegiatan sosial masyarakat. Lansia juga berpendapat bahwa tugas-tugasnya didunia telah selesai dan lebih cenderung beribadah

mendekatkan diri kepada Tuhan. Lansia yang mengurangi aktifitas sehari-hari akan berdampak pada kondisi kesehatannya dan rentan terkena penyakit. Oleh karena itu, kesehatan lansia perlu ditingkatkan untuk tercapainya usia lanjut yang sehat dan bahagia^[2].

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan lansia antara lain yaitu 1) faktor ekonomi, lansia dengan kondisi ekonomi rendah akan berpengaruh pada kemampuannya untuk rutin pemeriksaan kesehatan. 2) faktor keluarga, keluarga yang tinggal atau hidup dengan keluarga yang lebih muda dan memperhatikan kesehatannya akan lebih terjaga kondisi kesehatan dan psikologi lansia tersebut. 3) faktor nutrisi, asupan nutrisi lansia akan berpengaruh pada proses metabolisme tubuh yang nantinya juga berpengaruh pada kesehatan. 4) faktor pengetahuan, lansia yang memiliki pengetahuan baik mengenai pentingnya menjaga kesehatan akan berupaya untuk terus menjaga kesehatannya walaupun sudah tua^[3].

Penyakit yang sering dialami oleh kelompok usia lanjut antara lain adalah diabetes Melitus (DM) dan hipertensi. DM adalah kenaikan kadar gula dalam darah

karena abnormalitas metabolisme akibat karena penurunan produksi atau sensitifitas insulin^[4]. Hipertensi atau darah tinggi, adalah kelainan jantung yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah dalam tubuh^[5].

Undang-Undang No 36 Tahun 2009 pasal 138 menyatakan bahwa upaya pemeliharaan usia lanjut harus ditunjukkan dengan menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial dan ekonomi sesuai dengan martabat kemanusiaan. Pemerintah dalam hal ini berkewajiban menyediakan fasilitas kesehatan bagi kelompok usia lanjut. Salah satu upaya yang disediakan untuk pemantauan kesehatan kelompok usia lanjut yaitu dengan adanya posyandu lansia (POKSILA). Posyandu lansia adalah suatu wadah pelayanan bagi usia lanjut I masyarakat, dengan menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif, serta tidak mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif. Pembentukan posyandu lansia yaitu untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dan mutu pelayanan kesehatan lansia di masyarakat^[6].

Kegiatan yang dilakukan di posyandu lansia meliputi:

- a. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, lalu dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk mengetahui status gizi lansia
- b. Pelayanan kesehatan, misalnya pengukuran tekanan darah, dan memberikan pengobatan sederhana
- c. Memberikan penyuluhan tentang gizi, pola hidup sehat, dan kesehatan lansia^[7].

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui peran dari posyandu lansia di perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan terhadap kesehatan lansia disekitarnya.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif, dengan pendekatan fenomenologi untuk mengkaji secara langsung dan mendalam pengalaman dari subyek penelitian. Informan kunci penelitian adalah bidan setempat (informan bidan diberi kode Bd), informan utama penelitian adalah 3

lansia aktif dan pasif dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia tiap bulannya di perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan (informan lansia diberi kode L1, L2, L3 dalam memberikan jawaban), dan informan pendukung adalah kader posyandu lansia (informan kader posyandu lansia diberi kode Kd).

Data penelitian diambil menggunakan teknik wawancara langsung kepada informan penelitian yang bertempat di rumah lansia dan saat kegiatan posyandu lansia. Pertanyaan dalam wawancara kepada subyek penelitian terangkum dalam pedoman wawancara untuk mendapatkan kesesuaian jawaban dengan maksud peneliti. Instrumen penelitian yang digunakan selain pedoman wawancara adalah lembar observasi, alat perekam suara, dan peneliti sendiri sebagai *human instrument*. Hasil wawancara dengan informan utama penelitian (lansia) di *crosscheck* dengan jawaban dari bidan sebagai informan kunci dan kader posyandu lansia sebagai informan pendukung untuk mendapatkan kebenaran data.

Analisis data kualitatif hasil wawancara informan utama, informan kunci dan informan pendukung dilakukan dengan membuat transkrip wawancara untuk membantu peneliti memahami data, membiasakan diri pada hasil wawancara dengan cara mendengarkan rekaman wawancara dan membaca berulang-ulang transkrip wawancara yang sudah dibuat, membuat pengkodean (koding) hasil wawancara yang memiliki persamaan persepsi atau perbedaan yang relevan, mengembangkan analitisal *framework* kelompok data berdasarkan kategori hasil koding, memindahkan data grafik kedalam matriks *framework* untuk mendukung jawaban dari informan, serta menginterpretasikan data untuk mengeksplorasi ide, konsep atau tema dan diakhiri dengan mendeskripsikan kasus^[8].

3. Hasil dan Pembahasan

Posyandu lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan ada 2 posyandu dan sudah berdiri kurang lebih 10 tahun. Adapun kegiatan rutin yang dilakukan di posyandu lansia berupa

pemeriksaan tekanan darah, berat badan, pemberian obat, penyuluhan kesehatan, cek gula darah, dan kolesterol, serta senam lansia. Alat-alat yang digunakan dalam pemeriksaan kesehatan di posyandu lansia mendapatkan bantuan dari Puskesmas Tirto

“.....posyandu lansia didirikan sejak tahun 2007, alasan didirikannya posyandu lansia yaitu untuk memantau kesehatan lansia setiap bulannya, (jeda), penyediaan alat-alat, obat-obatan sarana prasarana didukung oleh pihak Puskesmas Tirto.....” (Bd)

“.....setiap posyandu tu ada senam sama tensi, itu yang gratis. Kalau mau ya bisa cek darah (cek gula darah), kolesterol, atau asam urat....” (L3)

Hal ini sesuai dengan keterangan Sunaryo dkk yang menyebutkan bahwa kegiatan rutin posyandu lansia menggunakan sistem pelayanan 3 meja. Meja I digunakan untuk mencatat identitas lansia, pengukuran tinggi badan dan berat badan. Meja II digunakan untuk pencatatan hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan, serta mengukur IMT lansia. Meja III digunakan untuk kegiatan penyuluhan dan konseling gizi lansia^[7].

Jumlah lansia yang terdaftar di posyandu lansia adalah 64 orang, dengan jumlah terbanyak adalah lansia usia 56-65 tahun yaitu 34 orang (53%) dan jumlah lansia paling sedikit berusia lebih dari 80 tahun yaitu 2 orang (3,1%). Sedangkan lansia yang diambil sebagai informan utama sebanyak 3 orang yang berusia 57 tahun, 67 tahun, dan 69 tahun, serta bekerja sebagai penjahit dan pensiunan pegawai negeri. Secara umum lansia di lingkungan Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan sudah mengetahui adanya posyandu lansia di daerahnya dan mengetahui manfaat dari posyandu lansia. Namun, pengetahuan yang baik tentang posyandu lansia tidak selalu memotivasi kunjungan lansia ke posyandu lansia^[9]. Lansia yang mengikuti posyandu mendapatkan pelayanan cek tekanan darah, dan pemberian obat sederhana.

Meja III memberikan penyuluhan kesehatan kepada lansia untuk menambah

informasi kesehatan sesuai kebutuhan lansia. Media penyuluhan yang digunakan di posyandu lansia hanya berupa penyampaian lisan dari tenaga kesehatan yang telah bekerjasama dengan posyandu lansia. Namun, terkadang ada penyuluhan dari mahasiswa kesehatan yang sudah bekerjasama dengan posyandu lansia perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan. Media penyuluhan yang digunakan berupa leaflet dan lembar balik untuk memudahkan penyampaian informasi dan penyerapan materi penyuluhan. Penyampaian penyuluhan kesehatan yang diberikan mudah untuk dipahami dan diingat oleh para lansia.

“.....setiap kali setelah pemeriksaan kesehatan dokter selalu memberikan konseling terhadap peserta sesuai dengan yang dikeluhkan ...kita juga udah kerjasama sama kampus Unikal (Universitas Pekalongan) yang kadang ngasih penyuluhan.....” (Kd).

“.....ilmu yang didapat dari pak S (dokter) banyak sih manfaatnya...kadang juga ada mahasiswa yang kesini untuk ngasih penyuluhan...” (L3)

“.....Kalau Pak S (dokter) ngasih itu tuh cuma kalau kita sakit, apa itu penangannya seperti ini ya materi, umpomo ibu yang punya sakit jantung minum obat juga harus, tensi tinggi jangan lupa minum obat, yang punya diabet akut apalagi obat itu sebagai teman jangan dimusuhi, obat itu sebagai sahabat.....”(L2)

Petugas kesehatan merupakan fasilitator kesehatan yang berperan dalam pelaksanaan kegiatan di posyandu. Tenaga kesehatan berperan dalam pemberian penyuluhan dan pemberian motivasi kesehatan bagi lansia di posyandu lansia^[10].

Kegiatan lain yang terdapat dalam posyandu lansia tidak hanya berupa pemeriksaan kesehatan saja, namun juga ada kegiatan senam lansia, makan bersama, dan

pemberian hadiah atau *doorprize* kepada lansia yang rajin mengikuti pemeriksaan kesehatan. Kegiatan yang dilakukan di posyandu lansia berguna untuk menarik para lansia untuk mengikuti kegiatan dan sejenak keluar rumah untuk bertemu dan bersilaturahmi dengan lansia-lansia lainnya, atau bertemu dengan orang-orang diluar keluarganya agar tidak merasa bosan/jenuh.

“.....kegiatannya yang dilakukan pada posyandu lansia adalah senam lansia, makan bersama, pemeriksaan kesehatan, karena kesulitan dalam menjalankan posyandu lansia adalah mengumpulkan pesertanya.....” (Bd)

“.....biasanya diadakan doorprize untuk menarik para lansia untuk mengikuti posyandu lansia, masalah kesehatan yang dialami oleh para lansia.....”(Kd)

“.....tiap bulan biasane ada iuran RT, katanya itu dipake buat ngasih hadiah (doorprize) kalau posyandu lansia. Kalau tiap posyandu sih udah ada senam lansia dulu.....” (L2)

“.....kadang ada acara makan-makan juga....” (L3)

Faktor pendukung keaktifan lansia untuk mengikuti posyandu adalah jarak, peran kader, dan kualitas pelayanan. Kegiatan tambahan untuk menarik keikutsertaan lansia dalam kegiatan posyandu lansia yaitu dengan mengadakan kegiatan olahraga yang disesuaikan dengan usia misal senam lansia, serta pemberian makanan tambahan kepada lansia^[7].

Lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan mendapatkan manfaat terpantaunya kondisi kesehatan para lansia tersebut. Selain itu, para lansia bisa bertemu dan bersilaturahmi dengan lansia lainnya untuk mengurangi kejenuhan dan stres psikologis yang dapat berpengaruh pada kondisi kesehatannya.

“.....kalau ke posyandu bisa sekalian silaturahmi, guyon-guyon (bercanda)

sama temen, (jeda) alhamdulillah tensi normal, 120/80, alhamdulillah juga saya kan pernah cek gula darah dan asam urat normal.....” (L3)

“.....aku cuma aktif aja tensi, tak iling-iling (diingat-ingat) diotakku sendiri, nek pas(kalau) gak normal berarti kurang tidur nek kurang tidur itu sampai 90. Ya saya masih utuh normal mba, Cuma sendi sakit punggung itu kan penyakit tua.....” (L1)

Perilaku kesehatan manusia dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang masalah kesehatan, memandang kemanfaatan dari pengobatan atau upaya pencegahan, serta bagaimana individu mengenali kebutuhannya untuk mengambil suatu tindakan tertentu^[11,12]. Keaktifan lansia dalam kegiatan di posyandu tidak dipengaruhi oleh pengetahuannya, namun lebih pada motivasi pribadi lansia untuk menjaga kesehatan, peran kader posyandu dalam memberikan pelayanan, serta kelengkapan pelayanan kesehatan yang ada di posyandu. Hal ini yang menyebabkan peran serta dari lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan tergolong aktif karena kegiatan di posyandu lansia sudah sesuai dengan kebutuhan kesehatan fisik dan psikologis lansia.

4. Kesimpulan

Berdirinya posyandu lansia ini dilatarbelakangi oleh banyaknya lansia di wilayah tersebut dan kebutuhan para lansia untuk mengecek atau memantau kesehatannya secara rutin karena semakin tua usia seseorang maka ketahanan tubuhnya akan semakin rendah. Dalam posyandu lansia ini terdapat 1 dokter umum, 1 bidan dan 5 kader yang mendukung posyandu lansia. Di posyandu lansia ini terdapat kegiatan senam untuk para lansia, timbang berat badan, memeriksa tekanan darah, kadar gula darah, asam urat, pendidikan kesehatan dan sebagainya, sehingga para lansia menjadi tahu bagaimana cara menjaga kesehatan tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan ada gerakan tindak lanjut dari tenaga kesehatan dan fasilitas kesehatan

setempat dalam pemberian pelayanan kesehatan di posyandu lansia secara berkesinambungan. Gerakan tindak lanjut ini difokuskan untuk menarik para lansia untuk aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia tiap bulannya dengan kegiatan-kegiatan yang menarik dan menggembirakan.

5. Daftar Pustaka

- [1] Azizah LMR, *Keperawatan Lanjut Usia. Edisi 1*, Yogyakarta : Graha Ilmu, 2011
- [2] Tamher S, Noorkasiani, *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2009
- [3] Pudjiastuti SS, Utomo B, *Fisioterapi pada Lansia*, Jakarta: EGC, 2003
- [4] Elin Y, Retnosari A, *ISO Farmakoterapi*, Jakarta: ISFI, 2009
- [5] Rusdi, Isnawati N, *Awas! Anda bisa mati cepat akibat hipertensi & diabetes*, Yogyakarta: Power Books (IHDINA), 2009
- [6] Notoatmodjo S, *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010
- [7] Sunaryo, Wijayanti R, Kuhu M M, Sumedi T, Widayanti E D, Sukrillah U A, dkk, *Asuhan Keperawatan Gerontik*, Yogyakarta: Andi, 2015
- [8] Gale N, Heath G, Cameron E, Rashid S, Redwood S, Using The Framework Method for The Analysis of Qualitative Data in Multi-Disciplinary Health Research. *BMC Medical Research Methodology*; 13 (117), 2013
- [9] Kurniasari L, *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Tingkat Pendidikan dan Status Pekerjaan dengan Motivasi Lansia Berkunjung ke Posyandu Lansia di Desa Dadirejo Kecamatan Tirto Kabupaten Pekalongan*, Pekalongan: STIKES Muhammadiyah, 2013
- [10] Aryantiningsih DS, *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Kota Pekanbaru*, An-Nadas, 1 (2): 42-47, 2014
- [11] Bansley R, *Metode Pendidikan Kesehatan Masyarakat*, Jakarta: EGC, 2009
- [12] Sudarma M, *Sosiologi untuk Kesehatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2008.