

Kumawula, Vol.7, No.3, Desember 2024, Hal 780 – 786

DOI: <https://doi.org/10.24198/kumawula.v7i3.53668>

ISSN 2620-844X (online)

ISSN 2809-8498 (cetak)

Tersedia online di <http://jurnal.unpad.ac.id/kumawula/index>

PEMERIKSAAN KESEHATAN LANSIA DI POSYANDU LANSIA DESA GENENGSAARI UNTUK MENDUKUNG KUALITAS HIDUP YANG LEBIH BAIK DI USIA SENJA

Khotimah Zahrotus Syifa¹, Wahyudhi Sutrisno^{2*}, Ali Maskuri³, Dwi Wahyu Santoso⁴¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta^{2,4} Fakultas Teknologi Industri, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta³ Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta*Korespondensi : wahyudi.sutrisno@uii.ac.id

ABSTRACT

This service was carried out at Posyandu Lansia Desa Genengsari with the main objective of improving access to health services and supporting the quality of life of the elderly. The program effectively identified and met the specific health needs of the elderly population in the village by observing, preparing, and conducting health screenings. Screening activities consist of weight measurement, height measurement, blood pressure monitoring, and GCU tests to detect health problems such as diabetes, hypertension, and dyslipidemia early. This program not only emphasizes the detection and treatment of health problems, but also increases the awareness and knowledge of the elderly about the importance of preventive health management. The results of this service showed an increase in the elderly's access to quality health services as well as a better understanding of ways to maintain health in old age. The program emphasized the importance of collaboration between health workers, the community, and the elderly in creating a supportive environment for the well-being of the elderly, demonstrating that coordinated interventions can improve the quality of life of the elderly.

Keywords: Integrated health service post; elderly; GCU; health

ABSTRAK

Pengabdian ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Desa Genengsari dengan tujuan utama untuk meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan dan mendukung kualitas hidup lansia. Program ini secara efektif mengidentifikasi dan memenuhi kebutuhan kesehatan khusus dari populasi lansia di desa tersebut dengan melakukan observasi, persiapan, dan pelaksanaan pemeriksaan kesehatan. Kegiatan skrining terdiri dari pengukuran berat badan, pengukuran tinggi badan, pemantauan tekanan darah, dan tes GCU untuk mendeteksi masalah kesehatan seperti diabetes, hipertensi, dan dislipidemia secara dini. Program ini tidak hanya menekankan pada deteksi dan penanganan masalah kesehatan, namun juga meningkatkan kesadaran dan pengetahuan para lansia tentang pentingnya manajemen kesehatan preventif. Hasil dari pengabdian ini menunjukkan peningkatan akses lansia terhadap layanan kesehatan yang berkualitas serta pemahaman yang lebih baik tentang cara-cara menjaga kesehatan di usia lanjut. Program ini menekankan

RIWAYAT ARTIKEL

Diserahkan	: 27/02/2024
Diterima	: 11/09/2024
Dipublikasikan	: 01/12/2024

pada pentingnya kerja sama antara tenaga kesehatan, masyarakat, dan lansia dalam menciptakan lingkungan yang mendukung untuk kesejahteraan lansia, menunjukkan bahwa intervensi yang terkoordinasi dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Posyandu; lansia; GCU; kesehatan

PENDAHULUAN

Struktur penduduk dapat dikatakan penduduk tua jika persentase penduduk berusia 60 tahun ke atas adalah 10% atau lebih (Adioetomo dan Pardede, 2018). Pada tahun 2021, Indonesia telah menjadi negara dengan struktur penduduk tua (*ageing population*). Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia mendefinisikan penduduk lanjut usia (lansia) sebagai mereka yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Badan Pusat Statistik (BPS) mengkategorikan lansia ke dalam empat kelompok usia: pra-lansia (45-59 tahun), lansia muda (60-69 tahun), lansia madya (70-79 tahun), dan lansia tua (80 tahun ke atas) (Sari et al., 2023).

Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Maret 2023, analisis data demografis menunjukkan bahwa kelompok usia lanjut memiliki persentase keluhan kesehatan tertinggi, yaitu 19,72% (Hardianto, 2023). Kebanyakan lansia yang mengalami keluhan tersebut berada di daerah pedesaan. Data Susenas Maret 2023 juga menunjukkan bahwa hampir 41,49% individu lanjut usia melaporkan mengalami masalah kesehatan, dengan tingkat morbiditas pada kelompok usia ini dicatat sebesar 19,72% (Sari et al., 2023).

Studi longitudinal telah menunjukkan kejadian penyakit yang lebih tinggi di kalangan lansia, yang terkait dengan meningkatnya kerentanan mereka terhadap masalah kesehatan seiring bertambahnya usia (Christensen et al., 2009). Wanita dan orang dewasa yang lebih tua sering menggambarkan memiliki masalah kesehatan yang lebih buruk, mungkin karena berkurangnya fungsi kekebalan tubuh yang disebabkan oleh penuaan (Cai, Coyte & Zhao., 2017; Sutinah & Maulani., 2017).

Pengamatan terhadap kebiasaan kesehatan pada komunitas lansia menunjukkan bahwa 52,90% dari mereka cenderung mengobati sendiri daripada mencari perawatan medis formal ketika mengalami masalah kesehatan (Sari et al., 2023). Hal ini menekankan perlunya teknik intervensi kesehatan khusus yang bertujuan untuk meningkatkan akses lansia terhadap dan penggunaan layanan kesehatan, termasuk faktor sosio-ekonomi dan geografis yang memengaruhi ketersediaan layanan tersebut.

Penyakit yang umumnya dihadapi oleh populasi lanjut usia adalah penyakit tidak menular yang berkaitan erat dengan proses penuaan. Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PERGEMI) melakukan survei berjudul "Kondisi Kesehatan dan Kesejahteraan Lansia di Indonesia". Survei ini mengidentifikasi 10 penyakit kronis yang paling sering terjadi pada lansia yang ditunjukkan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Penyakit Kronis Lansia

No	Penyakit	Persentase
1	Hipertensi	37,8
2	Diabetes	22,9
3	Rematik	11,9
4	Jantung	11,4
5	Asma	10,4
6	Asam Lambung	8,0
7	Asam Urat	5,5
8	Penyakit Paru Kronis	3,0
9	Kolesterol	3,0
10	Ginjal	2,0
	Lainnya	15,5

(Sumber: Pergemi, 2022)

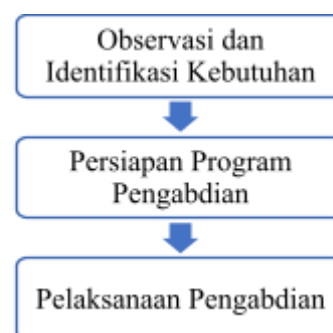
Skrining kesehatan melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) sangat penting untuk mengatasi tingginya prevalensi penyakit kronis di kalangan lansia. Posyandu merupakan Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan dijalankan berdasarkan keterlibatan dan kerja sama masyarakat. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam menyediakan layanan kesehatan dan meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan dasar (Kementerian Kesehatan, 2011). Pemeriksaan rutin, seperti pemantauan tekanan darah dan tes GCU (Glukosa, Kolesterol, Asam Urat), sangat penting untuk deteksi dini dan pencegahan konsekuensi penyakit. Hal ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan lansia, tetapi juga membantu meringankan beban sosial dan ekonomi yang terkait dengan penanganan penyakit kronis pada kelompok demografi ini.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Genengsari, Kecamatan Polokarto, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia, di Posyandu Lansia, yang meliputi enam dusun: Kalangan, Klegungan, Sawur, Geneng, Krandon, Trani, Pohbusung, dan Bakaran. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mendorong implementasi Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Undang-undang ini, dalam Bab VII Pasal 22 ayat (1) dan (2), menyoroti hak-hak yang luas dan kesempatan yang dimiliki masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan sosial para lansia. Kontribusi dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti secara pribadi, keluarga, kelompok, lembaga sosial, dan organisasi masyarakat, yang menyoroti pentingnya keterlibatan kolektif dalam membantu lansia.

Pengabdian ini bertujuan untuk mengurangi terjadinya penyakit kronis dan meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya gaya hidup sehat di kalangan lansia melalui strategi pencegahan dan pendidikan.

METODE

Metode pengabdian ini menekankan pada pemeriksaan kesehatan bagi para lansia di Desa Genengsari melalui posyandu lansia. Pelaksanaan kegiatan dijadwalkan berlangsung selama tiga minggu yang meliputi tiga tahapan utama yaitu observasi, persiapan, dan pelaksanaan sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1. Setiap tahap dilakukan secara terstruktur untuk memastikan efektivitas program.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

(Sumber: Hasil Analisis, 2023)

Tahap awal yang dilakukan adalah dengan melakukan observasi melalui mengamati dan mengidentifikasi jumlah populasi lansia di Desa Genengsari. Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh melalui serangkaian wawancara sistematis dengan bidan desa dan ketua kader Posyandu di setiap dusun (Kalangan, Klegungan, Sawur, Geneng, Krandon, Trani, Pohbusung, dan Bakaran), diketahui bahwa terdapat sekitar 500 penduduk lansia di masyarakat yang menjadi objek sasaran dari kegiatan ini.

Wawancara dilakukan secara sistematis di setiap dusun dengan ketua kader Posyandu dan bidan desa yang bertugas. Teknik wawancara ini memfasilitasi pengumpulan data yang tepat mengenai kondisi dan kebutuhan kesehatan lansia di setiap wilayah.

Tahap persiapan melibatkan kolaborasi dengan rekan-rekan dari Fakultas Kedokteran untuk merencanakan dan menyusun strategi pemeriksaan. Maka pada tahap persiapan

program ini dilakukan diskusi mendalam mengenai proses pemeriksaan dan pembagian tugas untuk memastikan program berjalan efektif. Selain itu, juga didiskusikan pemberian obat-obatan yang diperlukan beserta bahan-bahan pendukung sebagai bagian dari persiapan logistik.

Tahap terakhir adalah menentukan waktu pelaksanaan posyandu lansia, layanan yang diberikan, dan besaran biaya yang dibebankan kepada peserta. Melalui metode pengabdian ini, program berupaya meningkatkan kesadaran kesehatan, mendorong deteksi dini penyakit, dan memfasilitasi akses terhadap pengobatan dan nutrisi bagi populasi lansia di Desa Genengsari, mendukung peningkatan kualitas hidup mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi dan Identifikasi Kebutuhan

Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh, melalui serangkaian wawancara sistematis dengan bidan desa dan ketua kader Posyandu di Desa Genengsari memberikan informasi penting tentang status kesehatan lansia di masyarakat. Kegiatan wawancara dengan bidan desa dan ketua kader Posyandu bisa dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Wawancara dengan Bidan Desa dan Ketua Kader Posyandu

(Sumber: Dokumentasi Tim, 2022)

Melalui wawancara tersebut, diketahui bahwa terdapat sekitar 500 penduduk lansia di masyarakat. Dalam kegiatan Posyandu Lansia, layanan yang disediakan meliputi penimbangan berat badan, pengukuran tinggi

badan, serta pemeriksaan tekanan darah. Selain itu, pemeriksaan GCU, termasuk asam urat dan glukosa, dikenakan biaya Rp10.000, namun pemeriksaan kolesterol dikenakan biaya antara Rp15.000 dan Rp20.000. Informasi ini memberikan gambaran umum tentang layanan kesehatan yang tersedia bagi lansia di Desa Genengsari serta biaya yang terkait dengan pemeriksaan kesehatan tambahan.

Persiapan Program Pengabdian

Berdasarkan diskusi dengan rekan-rekan dari Fakultas Kedokteran, maka dirasa perlu untuk melakukan pelatihan pemeriksaan kesehatan terutama untuk meningkatkan kemahiran dalam menggunakan tensiometer dan perangkat GCU melalui latihan teknik pemeriksaan tekanan darah dan GCU. Tujuan utama dari latihan ini adalah untuk menjamin efisiensi dan efektivitas pemeriksaan. Selain itu, diputuskan juga bahwa obat-obatan yang diberikan adalah parasetamol, vitamin B1, vitamin B kompleks, antasida, dan kalsium.

Bahan-bahan pendukung yang diperlukan antara lain untuk pemeriksaan GCU, termasuk penyeka alkohol, sarung tangan, pembersih tangan, dan strip tes untuk glukosa, asam urat, dan kolesterol. Hal ini dilakukan sebagai bagian dari persiapan logistik yang mendukung kelancaran program pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan persiapan program pengabdian ini bisa dilihat pada gambar 3.

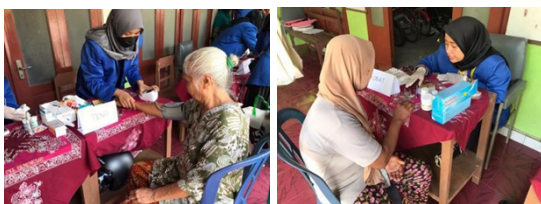


Gambar 3. Diskusi, Latihan Pemeriksaan dan Pembelian Obat

(Sumber: Dokumentasi Tim, 2022)

Pelaksanaan

Posyandu Lansia dilaksanakan pukul 09.00 pagi, menawarkan layanan pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah secara gratis untuk para lansia. Bagi lansia yang menginginkan pemeriksaan GCU meliputi pemeriksaan glukosa dan asam urat, maka akan dikenai biaya Rp5.000 dan pemeriksaan kolesterol dengan biaya Rp10.000. Biaya ini jauh lebih murah dari biaya yang biasanya mereka keluarkan sebelumnya. Hal ini merupakan bagian dari program pengabdian bagi lansia. Kegiatan ini bisa dilihat pada Gambar 4. Kemudian, setelah dilakukan pemeriksaan, maka peserta akan mendapatkan obat dan nutrisi tambahan, serta sesi edukasi mengenai hasil pemeriksaan.



Gambar 4. Pemeriksaan Lansia
(Sumber: Dokumentasi Tim, 2022)

Lansia sering mengalami berbagai masalah kesehatan seperti penyakit kronis dan kekurangan nutrisi, yang berdampak pada kesehatan mereka secara keseluruhan. Pemberian obat setelah skrining dimaksudkan untuk mengobati atau mengendalikan masalah kesehatan yang terdeteksi selama proses skrining. Obat-obatan dapat membantu dalam mengobati gejala, pencegahan komplikasi, dan peningkatan fungsi sehari-hari.

Pemberian makanan tambahan (PMT) sangat penting untuk menjamin lansia mendapatkan nutrisi yang cukup. Nutrisi memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan dan menangkal penyakit. PMT dapat mengatasi kekurangan nutrisi yang tidak tercukupi oleh konsumsi makanan biasa, terutama pada lansia yang mungkin mengalami kesulitan makan karena masalah seperti masalah gigi, berkurangnya nafsu makan, atau masalah kesehatan tertentu.

Memberikan edukasi kepada pasien sangat penting dalam mengelola kesehatan lansia. Berbagai penelitian telah menyoroti pentingnya pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan partisipasi lansia dalam program kesehatan, seperti Posyandu Lansia (Yuliani, Agustina & Rachmawati., 2015; Dewi dkk., 2021; Asda & Anida., 2020). Pendidikan kesehatan juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hidup sehat dan pencegahan penyakit (Tahir, Saranani & Sahmad., 2022).

Edukasi kepada lansia di Posyandu Lansia ini dilakukan langsung kepada para lansia melalui penyuluhan kesehatan ketika pemeriksaan berlangsung. Ini bertujuan agar lansia tersebut bisa langsung memahami kondisi tubuh mereka. Melengkapi individu lansia dengan informasi mengenai status kesehatan mereka, hasil tes, dan pentingnya mengikuti rejimen pengobatan memungkinkan mereka untuk terlibat secara proaktif dalam pengelolaan kesehatan mereka.

Sesi edukasi membantu mengembangkan pemahaman tentang gaya hidup sehat, pentingnya pola makan, dan mekanisme obat-obatan dalam menangani gangguan kesehatan. Memberikan edukasi ini dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan saran diet, sehingga menurunkan kemungkinan timbulnya masalah dan kebutuhan akan perawatan medis di masa mendatang. Edukasi memungkinkan para lansia untuk mengenali tanda dan gejala, mengetahui kapan harus mencari pertolongan medis, dan mempelajari teknik-teknik untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Pemberian obat, pemberian suplemen nutrisi, dan edukasi kepada pasien setelah skrining sangat penting dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan para lansia, serta membekali mereka dengan alat dan pengetahuan yang diperlukan untuk mengelola kesehatan mereka dengan baik.

Setelah pelaksanaan pemeriksaan, program pengabdian ini dievaluasi melalui

wawancara dengan para lansia untuk memahami pendapat dan kesan mereka terhadap program tersebut. Berdasarkan wawancara kepada para lansia, dapat disimpulkan bahwa mereka menyukai adanya program pemeriksaan kesehatan kepada lansia, karena mereka bisa mengetahui kondisi mereka dan berharap program pengabdian ini bisa dilakukan secara rutin. Mereka juga menjadi mengerti betapa pentingnya mendapatkan informasi kesehatan terkini yang membantu mereka dalam mengelola kondisi kesehatan yang ada atau potensial. Selain itu, partisipasi dalam program ini juga memberikan kesempatan bagi lansia untuk mendapatkan dukungan sosial dan psikologis, yang sangat berharga dalam meningkatkan kesejahteraan mereka.

SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat ini menyoroti pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin bagi para lansia sebagai langkah strategis untuk meningkatkan kualitas hidup mereka di masa tua. Kegiatan Posyandu Lansia di Desa Genengsari meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan, pemeriksaan tekanan darah, dan pemeriksaan GCU (Glukosa, Kolesterol, dan Asam Urat). Kegiatan-kegiatan ini telah memainkan peran penting dalam mengidentifikasi dan mencegah masalah kesehatan pada lansia secara dini. Program ini berhasil meningkatkan akses lansia terhadap layanan kesehatan penting dengan menyediakan pemeriksaan harga terjangkau.

Selain itu, sesi edukasi yang disertakan sebagai bagian dari program telah meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya manajemen kesehatan dan pencegahan penyakit. Penyediaan obat-obatan dan suplemen nutrisi yang disesuaikan dengan kebutuhan individu menunjukkan pendekatan holistik yang digunakan untuk meningkatkan kesehatan fisik para lansia. Hasil dari program ini menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan rutin dan edukasi kesehatan yang komprehensif dapat meningkatkan kualitas hidup para lansia, sehingga mereka dapat

menjalani usia senja dengan lebih sehat dan mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Bidan Desa Genengsari, Ketua Kader Posyandu di dusun Kalangan, Klegungan, Sawur, Geneng, Krandon, Trani, Pohbusung, dan Bakaran serta semua pihak yang terlibat dalam kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adioetomo, S. M., & Pardede, E. L. (2018). *Memetik Bonus Demografi: Membangun Manusia Sejak Dini*. Depok: Rajawali Pers.
- Asda, P., & Anida. (2020) Penyuluhan Kesehatan Lansia Sehat dan Mandiri. *DIMAS*, 2 (1), 73-76
- Cai, J., Coyte, P. C., & Zhao, H. (2017). Determinants of and socio-economic disparities in self-rated health in China. *International Journal for Equity in Health*, 16(1), 1-27.
- Christensen, K., Doblhammer, G., ; Rau, R., ; Vaupel, J.W. (2009). Ageing populations: the challenges ahead, *The Lancet*, 374(9696), 1196–1208. doi:10.1016/s0140-6736(09)61460-4
- Dewi, E., Widari, N., Halawa, A., Amalia, T., & Widjanarko, H. D. (2021). Pendidikan Kesehatan Pentingnya Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 29-35.
- Hardianto., Krishna, K., Astuti, S.P., & Susanti. (2023). *Profil Statistik Kesehatan 2023, (Vol. 7)*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Kementrian Kesehatan RI (2011), *Panduan Umum Pengelolaan Posyandu*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Sari, N.R., Yulianto, K.R., Agustina, R., Wilson, H., Nugroho, S.W., & Anggraeni, G. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023 (Vol. 20)*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

- Survei Kondisi Kesehatan dan Kesejahteraan Lansia di Indonesia*. (2022). Diakses pada 25 Februari 2023, dari <https://pergemi.id/info/5/survei-kondisi-kesehatan-dan-kesejahteraan-lansia-di-indonesia>.
- Sutinah, S., & Maulani, M. (2017). Hubungan pendidikan, jenis kelamin dan status perkawinan dengan depresi pada lansia. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 2(2), 209-216.
- Tahir, R., Saranani, M., & Sahmad, S. (2022). Edukasi Kesehatan Pola Hidup Sehat dan Pencegahan Penularan COVID-19 sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat*.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 TAHUN 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. 30 Nopember 1998. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1998 Nomor 190. Jakarta.
- Yuliani, Agustina, R., & Rachmawati, K. (2023). Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Lansia dalam Memanfaatkan Posyandu Lansia. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 3(1), 65–73.