



PENGUATAN KAPASITAS POSYANDU LANSIA MELALUI PROMOSI KESEHATAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM UPAYA PENGENDALIAN PENYAKIT DEGENERATIF

Istiqomah*, Elisabeth Iswantingsih, Pritta Yunitasari

Dosen Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Poltekkes Karya Husada Yogyakarta, Jl. Tentara Rakyat
Mataram No.11B, Bumijo, Jetis, Yogyakarta 55231, Indonesia

*istiqomah.istiqomah410@gmail.com

ABSTRAK

Lansia merupakan kelompok yang rentan terkena penyakit degeneratif seperti hipertensi, DM, hiperkolesterolemia dan asam urat. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penyakit degeneratif dan cara pencegahannya menyebabkan terus bertambahnya angka kesakitan dan kematian. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat, adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam mendeteksi faktor risiko penyakit degeneratif. Metode kegiatan berupa pelatihan dan pendampingan kader dalam mendeteksi resiko penyakit degeneratif, yaitu hipertensi, DM, asam urat dan kolesterol. Hasil kegiatan pelatihan dan pendampingan kader telah dilaksanakan pada tanggal 18 – 19 Oktober 2024. Kegiatan pelatihan dihadiri 8 orang kader dan semua kader sudah mampu melakukan pemeriksaan dan menyatakan merasa lebih percaya diri menjadi kader. Sedang pelaksanaan pendampingan kader dihadiri 75 orang lansia, hasil pemeriksaan didapatkan : tekanan darah tinggi 22 orang, gula darah tinggi 17 orang, asam urat tinggi 24 orang, kolesterol tinggi 15 orang, dan dalam batas normal 19 orang. Tampak antusias lansia mengikuti kegiatan juga tinggi. Kegiatan PKM sangat penting dalam mendukung upaya mencegah meningkatnya penyakit degeneratif dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata kunci: posyandu lansia; promosi kesehatan; pengendalian penyakit degeneratif

STRENGTHENING THE CAPACITY OF THE ELDERLY POSYANDU THROUGH HEALTH PROMOTION COMMUNITY EMPOWERMENT IN EFFORTS TO CONTROL DEGENERATIVE DISEASES

ABSTRACT

The elderly are vulnerable to degenerative diseases such as hypertension, DM, hypercholesterolemia and gout. The lack of public knowledge about degenerative diseases and how to prevent them has led to increasing morbidity and mortality rates. The purpose of the community service activity is to increase the knowledge and skills of cadres in detecting risk factors for degenerative diseases. The activity method is in the form of training and mentoring cadres in detecting the risk of degenerative diseases, namely hypertension, DM, uric acid and cholesterol. The results of cadre training and mentoring activities were carried out on October 18-19, 2024. The training activities were attended by 8 cadres and all cadres were able to do the monitoring and stated that they felt more confident as cadres. While the implementation of cadre assistance was attended by 75 elderly people, the results of the examination were obtained: high blood pressure 22 people, high blood sugar 17 people, high uric acid 24 people, high cholesterol 15 people, and within normal limits 19 people. The enthusiasm of the elderly to participate in the activity was also high. PKM activities are very important in supporting efforts to prevent the increase in degenerative diseases and improve the quality of life of the elderly.

Keywords: degenerative disease control; health promotion; posyandu elderly

PENDAHULUAN

Meningkatnya kualitas pelayanan kesehatan masyarakat berdampak pada meningkatnya angka harapan hidup di Indonesia, menjadikan bonus demografi dan terjadinya pergeseran pola penyakit akibat proses penuaan atau degeneratif. Lansia merupakan tahap dari siklus kehidupan manusia, dimana proses menua yang dialami dapat menimbulkan berbagai penurunan fungsi biologis psikologis dan sosial serta beresiko lebih besar untuk menderita penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif seringkali kurang disadari oleh lansia maupun masyarakat khususnya keluarga, sehingga baru sadar setelah kondisi penyakit sudah lanjut dan dengan berbagai komplikasi. Kondisi ini berdampak pada berbagai aspek diantaranya meningkatnya angka kesakitan dan kematian, serta penurunan kualitas hidup lansia (Erpandi, 2016).).Penurunan kualitas kesehatan dan kualitas hidup yang dialami lansia baik akibat proses menua secara alamiah maupun akibat penyakit, memerlukan berbagai upaya supaya lansia dapat hidup Sehat, Mandiri, Aktif, Produktif secara berkelanjutan, salah satu akses yang ergonomis dan efektif adalah melalui posyandu lansia. Posyandu lansia merupakan kebijakan pemerintah untuk mengembangkan pelayanan kesehatan bagi usia yang penyelenggaraannya melalui program puskesmas dengan melibatkan peran serta kader lanjut usia, keluarga, tokoh masyarakat, dan organisasi sosial (Kemenkes.RI, 2010).

Kegiatan Posyandu lansia menyediakan layanan kesehatan dasar, bersifat preventif dan promotif untuk meningkatkan kualitas hidup para lansia yang rentan terhadap penyakit degeneratif, meliputi pemeriksaan aktifitas sehari hari, melakukan pemeriksaan kondisi mental, status gizi, tekanan darah , Pemberian makanan tambahan dan penyuluhan kesehatan, 3, olah raga, dan kegiatan non kesehatan (kegiatan rokhani, arisan dll) Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2021 jumlah penduduk Indonesia sebanyak 276.4 juta , jumlah lansia mencapai 29,3 juta (10,48%). Risesdas th 2018 penyakit degeneratif yang banyak dialami lansia adalah hipertensi, jantung, stroke, penyakit sendi, masalah gigi dan mulut serta kanker. Sensus penduduk Desa Guwosari pada tahun 2021 sebanyak 13.435 jiwa, sedang jumlah pendudukan di Dusun Bungsing sebanyak 1010 jiwa, terdiri dari 90 (6.93%) lansia. Seding data status kesehatan lansia di dusun Bungsing yang menderita penyakit degeneratif ; Diabetes Mellitus 14 orang (20%) hipertensi 22 orang (31%) myalgia 30 orang (42%) stroke 4 orang (5%) arthritis 3 orang (4%).

Kurangnya informasi dan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif, pola hidup sehat, dan pola pencegahan dini, masih merupakan penyebab utama tingginya angka kejadian komplikasi penyakit pada lansia. Ketidakterjangkauan lansia terhadap akses pelayanan kesehatan lansia juga merupakan faktor penghambat lansia dan keluarga untuk mendapatkan informasi terkait penyakit tersebut Menurut informasi kader lansia, saat ini mereka belum memiliki kemampuan untuk memberi pelayanan yang layak untuk kegiatan posyandu lansia karena kurangnya pengetahuan tentang pelayanan kesehatan yang harus diberikan pada lansia, belum ada yang memiliki kemampuan memantau status kesehatan lansia khusus monitor tanda gejala penyakit degeneratif dan perangkat untuk pemeriksaan kesehatan juga belum memiliki. Program untuk pemberdayaan untuk lansia yang ada di wilayah ini hanya berupa kegiatan spiritual seperti pengajian, itupun kegiatan dihadiri oleh seluruh warga dan tidak hanya lanjut usia. Tridarma Perguruan Tinggi berkewajiban melalui pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat diharapkan mampu berperan serta dalam mengatasi persoalan kesehatan lansia yang ada di masyarakat. Daerah mitra dalam pengabdian masyarakat adalah daerah yang memiliki permasalahan terhadap kesehatan dan minimnya pemberdayaan lansia.

Berdasarkan analisis tersebut, maka dipandang penting diberikan penguatan pemberdayaan kader posyandu lansia dalam memantau status kesehatan lansia dan untuk mencegah dan mengendalikan penyakit degeneratif yang tepat, agar tidak terlambat untuk dilakukan penanganan. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan harapan dapat meningkatkan kapasitas posyandu lansia dalam upaya mencegah penyakit degeneratif di dusun Bungsing Guwosari Pajangan Bantul, Adapun tujuan khusus kegiatan ini adalah: a. meningkatkan pengetahuan kader posyandu lansia tentang penyakit degeneratif (hypertensi, DM, asam urat, kolesterol, b. memberikan ketrampilan kepada kader posyandu lansia dalam memeriksa tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol, c. Memberikan kemampuan kader posyandu lansia dalam mengidentifikasi faktor risiko penyakit degeneratif.

METODE

Metode yang digunakan untuk untuk mengatasi masalah dalam pengabdian masyarakat adalah melakukan kegiatan pelatihan dan pendampingan kader dalam melakukan sekrening faktor resiko penyakit degeneratif kepada kader posyandu lansia.

Tabel 1.
Tahapan Kegiatan

Kegiatan	Uraian Kegiatan
Persiapan	a. Survei tempat pelaksanaan kegiatan b. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat c. Menyusun jadwal kegiatan d. Melakukan rapat koordinasi dengan Tim Pengabdian bersama mahasiswa tentang strategi pemecahan masalah e. Melakukan rapat koordinasi dengan Tim Pengabdian dusun Bungsing Pajangan Bantul f. Persiapan : alat dan bahan, materi edukasi dan pelatihan
Pelaksanaan	Sosialisasi terkait kegiatan pengabdian masyarakat promosi kesehatan pemberdayaan masyarakat dalam upaya pengendalian penyakit degeneratif: a. Pre test meliputi pertanyaan tentang pengetahuan dan cara deteksi dini tentang : hipertensi, DM dan Kolesterol. Pre test dilakukan secara acak dan oral pada peserta pengabdian. b. Edukasi tentang : hipertensi, DM dan Kolesterol meliputi tanda gejala, prognosis, pentingnya pencegahan dan pemeriksaan berkala c. Pelatihan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat, kolesterol dan senam lansia. Pelatihan dilakukan sebanyak 2 kali tatap muka : 1) Tatap muka pertama, edukasi kader kesehatan, tentang konsep penyakit hipertensi, DM dan Kolesterol meliputi tanda gejala, prognosis, pentingnya pencegahan dan pemeriksaan berkala 2) Tatap muka ke 2, pelatihan kader memeriksa tekanan darah, kadar gula darah, asam urat dan kolesterol 3) Pendampingan kader dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat, kolesterol kepada lansia. 4) Pos tes dilaksanakan pada saat pelaksanaan posyandu lansia , kader melakukan pemeriksaan
Monitoring dan Evaluasi	Monitoring dan evaluasi dilakukan bersamaan dengan post test, kader melakukan praktik pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat dan kolesterol pada lansia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Merupakan tahap awal pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mulai dari menyusun rencana kegiatan, mengidentifikasi situasi, kondisi wilayah dan kesehatan masyarakat. Menganalisa kekuatan dan kelemahan yang ada di masyarakat sehingga dapat merumuskan masalah yang dialami dalam masyarakat tersebut. Menyusun rencana pemecahan masalah dengan melibatkan pihak terkait. Melakukan rapat koordinasi dipimpin ketua tim yang bertanggungjawab memberikan penjelasan detail tentang permasalahan yang ditemukan di lapangan, tujuan dan prosedur kegiatan, pihak-pihak yang akan terlibat serta manfaat yang diperoleh oleh mitra.

Tahap Pelaksanaan

Pelatihan Kader

Pelatihan diberikan kepada kader posbindu lansia sebanyak 8 orang, sebelum dilakukan pelatihan untuk mengetahui kemampuan kader dilakukan pre tes secara lisan. Hasil tes semua kader mengatakan belum mengerti tentang penyakit degeneratif juga skrining untuk mengetahui penyakit degeneratif . kegiatan posyandu lansia selama ini hanya menimbang dan memberikan makanan tambahan dan pengobatan bila ada petugas puskesmas. Pelatihan kader dimulai dengan memberikan edukasi tentang pengenalan penyakit degenerative, yaitu : hipertensi, DM , asam urat dan Kolesterol meliputi pengertian tanda gejala, penatalaksanaan umum, pentingnya pencegahan dan skrining untuk mendeteksi tanda penyakit degeneratif. Selanjutnya diberikan pelatihan skrining penyakit degeneratif dengan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat dan kolesterol. Pemberian pelatihan menggunakan bahasa dan menyesuaikan dengan kebudayaan setempat untuk mempermudah penyerapan informasi oleh peserta. Alat dan bahan yang digunakan adalah set alat dan bahan pemeriksaan, Laptop, proyektor (infocus), alat tulis, video edukasi.

Pendampingan Kader

Kegiatan pendampingan kepada kader dalam melakukan skrining penyakit degeneratif kepada lansia dimana pelaksanaannya dilakukan pada saat kegiatan posyandu rutin bulanan dusun Bungsing pada tanggal 18 – 19 Oktober 2024. Tujuan agar kader dapat memaksimalkan pengetahuan dan ketrampilan dalam melakukan skrining penyakit degeneratif, dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, kolesterol kepada lansia, yang hadir sebanyak 73 orang. Hasil pelaksanaan pendampingan kader dalam melakukan skrining penyakit degeneratif, sebagai berikut:

Tabel 2.
Hasil Skrining Penyakit Degeneratif

STATUS	HASIL PEMERIKSAAN		
	Tekanan Darah	Gula Darah	Asam Urat
Normal	45	78	40
Tinggi	51	18	27

Kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik dan lancar serta mendapat dukungan dari puskesmas dan seluruh masyarakat. Hal ini tampak dari antusias kader dan masyarakat khususnya lansia selama pelatihan dan pendampingan , serta 8 orang kader semua sudah dengan baik mampu melakukan pemeriksaan faktor resiko penyakit degeneratif. Hal ini sejalan dengan penelitian Purwaningtyas, 2020; Purwaningsih et al., 2020; Wirawati & Prasetyorini, 2016 bahwa penyuluhan dan pelatihan dan efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada kader posbindu lansia. Penguatan kader posbindu merupakan salah satu upaya untuk

meningkatkan peran kerja kader dalam melaksanakan kegiatan posbindu lansia (Kurniawati & Santoso, 2018). Penyakit degeneratif seperti hipertensi, jantung, DM dan stroke merupakan masalah kesehatan dunia yang angka mortalitas dan morbiditasnya masih tinggi. Pemerintah telah mengembangkan program pengendalian resiko penyakit tidak menular berupa perilaku bersih dan sehat serta pengendalian tembakau. Upaya tersebut akan berhasil jika ada keterlibatan dan dukungan seluruh pemerintah, organisasi profesi, swasta dan seluruh lapisan masyarakat (DepKes RI, 2016).

Tahap Monitoring dan Evaluasi

Untuk mengetahui pengetahuan dan kemampuan kader setelah mengikuti pelatihan dilakukan pos tes secara lisan. Hasil pos tes dari 8 orang kader menyatakan merasa paham dan mampu melakukan skrining penyakit degeneratif dengan memeriksa tekanan darah, memeriksa gula darah, asam urat dan kolesterol sehingga lebih percaya diri untuk nanti memberikan pelayanan kegiatan posyandu lansia. Pelaksanaan monitoring dan evaluasi dilakukan bersamaan pada saat kegiatan pendampingan kader pada saat melaksanakan kegiatan rutin posyandu lansia. Aspek yang diamati yaitu : a) keaktifan kader, keterampilan kader, berkomunikasi dalam melakukan pemeriksaan lansia b) pelaksanaan posyandu 5 meja, jumlah kunjungan, dan dokumentasi/pelaporan kegiatan, c) lansia meliputi keaktifan lansia, dan kepuasan lansia terhadap pelayanan posyandu lansia. Kegiatan berjalan dengan baik dan lancar dihadiri 73 lansia dan unsur pimpinan dan tokoh masyarakat dusun Bungsing. Disamping itu pelaksanaan posyandu lansia dilaksanakan dengan kegiatan yang lebih menarik dan inovatif dari kegiatan rutin yang selama ini dilaksanakan. Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa pelaksanaan posyandu lansia akan berhasil jika didukung oleh fasilitas yang memadai, kader posyandu yang kompeten, dukungan keluarga atau pihak lintas sector lainnya (Erwanto et al., 2020)

SIMPULAN

Dalam melaksanakan kegiatan penguatan kapasitas posyandu lansia melalui promosi kesehatan pemberdayaan masyarakat dalam upaya pengendalian penyakit degeneratif berjalan dengan lancar dan sukses. Kegiatan pengabdian masyarakat berdampak positif bagi masyarakat Dusun Bungsing dalam meningkatkan penguatan kapasitas posyandu lansia dan pengetahuan serta ketrampilan kader memeriksa tekanan darah, gula darah, asam urat serta kolesterol. Kegiatan ini mendapat puskesmas, perangkat dusun dan dukungan masyarakat setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2021
<https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>
- Data Statistik Desa Guwosari Pajangan Bantul, 2021 <https://guwosari.desa.id/first/statistik/4>
- Erpandi (2016), Posyandu Lansia Mewujudkan Lansia Sehat Mandiri & Proaktif. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Erwanto, R, Kurniasih, D., E (2020) Pengembangan Dusun Ramah Lansia Melalui Pelaksanaan Sekolah Lansia Di Karet Kabupaten Bantul. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri) <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/review/3170>

- Fitriani,A,&Purwaningtyas, D.R ((2020). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Dalam Pengukuran Antropometri Di Kelurahan Cilandak Barat Jakarta Selatan Jurnal SOLMA, 9(2), 367-378
- Kurniawati ,D.A,& Santoso,A. (2021)Peningkatan Mutu Pelayanan Kesehatan Usia Lanjut Melalui Peningkatan Kinerja Kader Kader Posyandu Lansia. ProsidingSeminar Nasional Unimus 1, 150-158 <http://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/view/115>
- Kemenkes.,RI, (2016) Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia dan Geriatri Untuk Petugas Puskesmas. jakarta
- Kemenkes RI, (2016) Pedoman Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas. Jakarta
- Mickey S, Patricia G. Alih Bahasa Netty J, Sari (2010). K. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Rencana Strategis Dinas Kesehatan Bantul 2016 – 2021
- WHO. (2022). Ageing. Who.Int. https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1 Wirawati, M. K., & Prasetyorini, H. (2016). Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Posyandu Dalam Pengukuran Tekanan Darah Melalui Pelatihan Kader. Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan, 7(2), 27–30
- Penguatan kapasitas posyandu lansia melalui strategi promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat dalam upaya pengendalian penyakit tidak menular Niko Dima Kristianingrum, Yati Sri Hayati, Annisa Wuri Kartika, Ayut Merdikawati <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/index>
- Pemberdayaan Kader Sehat Deteksi Dini Lansia Vol 3 No 3 (2023): I-Com: Indonesian Community Journal (September 2023)
- Riskesda, 2018 <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesda/ketersediaan-data/riskesda-2018>