



Peran Posyandu Lansia Kemuning Terhadap Kesehatan Lansia di Wilayah Puskesmas Kayon

The Role of Kemuning Elderly Posyandu in Elderly Health in the Kayon Health Center Area

Evie Trihartiningsih^{1*}, Lensi Natalia Tambunan², Dian Purnama Putri³

^{1,2,3}Akademi Kebidanan Betang Asi Raya, Indonesia

Email: evietrihartiningsih@gmail.com

Article History:

Received: March 30, 2025;

Revised: April 7, 2025;

Accepted: April 15, 2025;

Published: April 30, 2025;

Keywords: Role of Posyandu, Elderly, Elderly Health

Abstract: *The Kemuning Elderly Posyandu has a very important role in improving the quality of life and health of the elderly in the Kayon Health Center work area. This Posyandu is a community-based health service, with the main objective of monitoring, maintaining, and improving the health of the elderly through various programs. Based on data at the Kemuning Posyandu, there are 50 elderly people registered, but the participation of the elderly in participating in the elderly posyandu is still low. This community service activity uses a health education method about healthy eating patterns, the importance of physical activity, stress management, prevention of non-communicable diseases, and education about self-care in old age is carried out periodically. The results of this activity show a significant increase in the level of participation of the elderly in the posyandu, followed by an increase in knowledge about reproductive health. In addition, the elderly also show a more active attitude in maintaining their health independently. It is hoped that this community service can increase the role of the posyandu in the health of the elderly in the Kayon Health Center area.*

Abstrak

Posyandu Lansia Kemuning memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan para lansia di wilayah kerja Puskesmas Kayon. Posyandu ini menjadi wadah pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat, dengan tujuan utama memantau, menjaga, dan meningkatkan derajat kesehatan lanjut usia melalui berbagai program. Berdasarkan data di Posyandu Kemuning terdapat 50 lansia yang terdata, namun keikutsertaan lansia dalam mengikuti posyandu lansia masih rendah. Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan kesehatan tentang pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, manajemen stres, pencegahan penyakit tidak menular, hingga edukasi tentang perawatan diri di usia lanjut dilakukan secara berkala. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat keikutsertaan lansia dalam posyandu, diikuti dengan peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Selain itu, lansia juga menunjukkan sikap yang lebih aktif dalam menjaga kesehatan mereka secara mandiri. Diharapkan, pengabdian ini dapat meningkatkan peran posyandu terhadap kesehatan lansia di wilayah Puskesmas Kayon.

Kata kunci: Peran Posyandu, Lansia, Kesehatan Lansia

1. PENDAHULUAN

Lansia (lanjut usia) merupakan kelompok usia yang memerlukan perhatian khusus dalam aspek kesehatan. Seiring bertambahnya usia, risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, osteoporosis, dan gangguan kognitif semakin meningkat. Oleh karena itu, dibutuhkan

*Evie Trihartiningsih, evietrihartiningsih@gmail.com

upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang terpadu. Salah satu wadah pelayanan kesehatan yang berperan penting adalah Posyandu Lansia.

Posyandu Lansia Kemuning yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kayon menjadi sarana pelayanan kesehatan bagi para lansia yang dilakukan secara rutin. Melalui kegiatan-kegiatannya, Posyandu Lansia Kemuning berperan penting dalam meningkatkan derajat kesehatan, kualitas hidup, serta kesejahteraan lansia

Peran posyandu lansia kemuning terhadap kesehatan lansia memberikan edukasi kesehatan secara rutin tentang pola makan sehat, aktivitas fisik, pencegahan penyakit tidak menular, dan manajemen stres. Kegiatan penyuluhan diadakan setiap pertemuan sebagai bekal pengetahuan bagi para lansia., poyandu lansia juga secara rutin melakukan deteksi dini penyakit melalui pemeriksaan kesehatan berkala dan imunisasi lansia. Upaya ini membantu mencegah penyakit kronis dan komplikasi yang lebih berat. Apabila ditemukan indikasi penyakit, Posyandu Lansia Kemuning melakukan penanganan awal dan memberikan rujukan ke Puskesmas Kayon atau rumah sakit terkait untuk penanganan lebih lanjut. Posyandu Lansia Kemuning turut membantu pemulihan kondisi lansia pasca sakit dengan memberikan dukungan, pemantauan, serta aktivitas ringan seperti senam lansia yang bertujuan mengembalikan kebugaran fisik dan mental. Selain fokus pada kesehatan, Posyandu Lansia Kemuning juga membangun komunitas lansia yang saling mendukung, menumbuhkan rasa kebersamaan, dan mengurangi rasa kesepian pada lansia.

Berdasarkan data yang dikumpulkan, terdapat 50 lansia yang terdaftar di Posyandu Lansia Kemuning. Namun, tingkat partisipasi dalam pemeriksaan kesehatan rutin masih tergolong rendah, yaitu hanya sekitar 25% dari total lansia yang terdaftar. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada kendala dalam meningkatkan keterlibatan lansia dalam program kesehatan yang disediakan. Faktor-faktor seperti kurangnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan rutin, keterbatasan akses, serta kondisi fisik yang mungkin menghambat lansia untuk datang ke posyandu perlu diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan partisipasi lansia, seperti pendekatan berbasis komunitas, peningkatan sosialisasi, serta penyediaan layanan yang lebih fleksibel agar lebih banyak lansia mendapatkan manfaat dari program Posyandu Lansia Kemuning.

Hal ini didukung dari penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah tentang manfaat dan kegiatan posyandu berhubungan dengan partisipasi yang rendah.

Lansia dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih aktif berpartisipasi (Apriani V, 2023). Selain itu juga, dukungan keluarga yang kurang dapat menghambat partisipasi lansia. Sebaliknya, dukungan yang baik dari keluarga mendorong lansia untuk lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu (Oktariana S dkk, 2024). Menurut penelitian Nurlia F (2024) mengatakan bahwa lansia dengan motivasi yang rendah cenderung kurang berpartisipasi dalam kegiatan posyandu. Motivasi yang tinggi berkaitan dengan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan.

2. METODE

Proses perencanaan aksi pengabdian masyarakat di Posyandu Kemuning dimulai dengan pendekatan dengan kader posyandu lansia untuk melibatkan lansia sebagai subyek pengabdian. Langkah pertama yaitu melakukan identifikasi masalah yang dihadapi oleh lansia terkait dengan rendahnya keikutsertaan lansia dalam kegiatan posyandu lansia untuk meningkatkan kesehatan lansia. Hal ini dilakukan melalui observasi dan wawancara awal dengan kader posyandu serta beberapa lansia yang ada di Posyandu Kemuning.

Subyek utama dalam pengabdian ini adalah lansia yang ada di Posyandu Kemuning, yang berjumlah 50 orang. Lansia merupakan individu yang mengalami kemunduran biologis seperti yang terlihat gejala kemunduran fisik dan kemunduran kemampuan kognitif. dalam hal perawatan kesehatan dan subyek pendukung adalah kader Posyandu, petugas kesehatan dari Puskesmas Kayon dan masyarakat sekitar. Lokasi kegiatan berada di Posyandu Kemuning, yang terletak di wilayah Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Bersama kader posyandu lansia dan para lansia melakukan diskusi kelompok terkait kendala lansia dalam mengikuti program posyandu lansia demi meningkatkan kesehatan lansia. Berdasarkan hasil diskusi, disepakati cara mengatasi kendala yang dihadapi, salah satunya dengan pemberian edukasi tentang pentingnya menjaga dan meningkatkan kesadaran lansia terhadap kesehatan.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah *Partisipatif Action Research* (PAR). Metode ini memfokuskan pada kolaborasi antara pengabdi dan komunitas dalam proses pengumpulan data, analisis masalah, perencanaan aksi, dan pelaksanaan kegiatan (Sukoco, 2018). Lansia, kader posyandu, dan petugas kesehatan terlibat dalam setiap tahap penelitian ini. Langkah-langkah dalam proses ini adalah:

a. Pengumpulan Data

Menggunakan metode wawancara, observasi, dan kuesioner untuk mengidentifikasi pemahaman lansia tentang kesehatan reproduksi dan tingkat partisipasi mereka.

b. Edukasi dan Penyuluhan

Setelah pemahaman yang lebih baik tentang masalah yang ada, dilakukan kegiatan penyuluhan terkait pentingnya kesehatan bagi lansia. Ini dilakukan dengan pendekatan yang mudah dipahami dan disesuaikan dengan kebutuhan lansia.

c. Pendampingan

Melakukan pendampingan individu kepada lansia yang membutuhkan bantuan untuk memulai pemeriksaan kesehatan secara rutin.

d. Evaluasi

Setelah implementasi, dilakukan evaluasi untuk melihat dampak dari kegiatan ini terhadap tingkat partisipasi lansia dalam pemeriksaan kesehatan.

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat ini disusun sebagai berikut:

a. Identifikasi Masalah (Minggu 1):

- 1) Pengumpulan data awal melalui wawancara dan observasi dengan kader posyandu dan lansia.
- 2) Penilaian tingkat pengetahuan lansia terkait kesehatan pada masa lansia.

b. Perencanaan dan Penyuluhan (Minggu 2-3):

- 1) Perencanaan bersama komunitas mengenai penyuluhan yang akan dilakukan.
- 2) Melaksanakan penyuluhan tentang kesehatan pada lansia melalui presentasi, diskusi, dan distribusi materi edukasi.

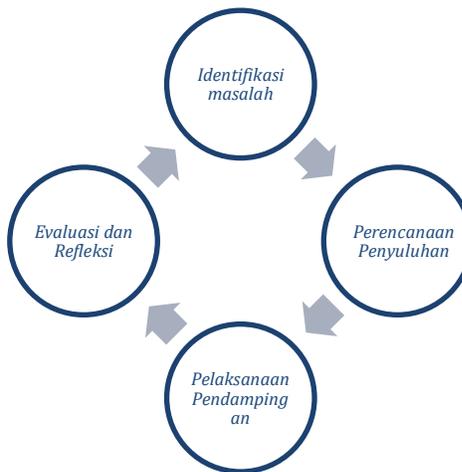
c. Pelaksanaan Pendampingan (Minggu 4-5):

- 1) Pendampingan individual kepada lansia dalam melakukan pemeriksaan kesehatan.
- 2) Monitoring dan evaluasi pelaksanaan pemeriksaan.

d. Evaluasi dan Refleksi (Minggu 6):

- 1) Evaluasi kegiatan untuk melihat peningkatan pemahaman dan partisipasi lansia.
- 2) Refleksi terhadap hasil yang dicapai, serta umpan balik dari komunitas.

Berikut adalah diagram alur yang menggambarkan tahapan-tahapan kegiatan pengabdian masyarakat:



Gambar 1. Diagram Alur tahapan kegiatan

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Kemuning mampu meningkatkan keikutsertaan lansia dalam kegiatan posyandu lansia khususnya dalam pemeriksaan kesehatan secara rutin. Meningkatnya kesadaran dan pengetahuan lansia terhadap pentingnya kesehatan pada masa lansia. Beberapa kegiatan yang dilaksanakan meliputi:

a. Edukasi Kesehatan

Edukasi dilakukan secara rutin, dengan materi yang disesuaikan dengan tingkat pengetahuan lansia. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi yang mudah dipahami tentang perubahan fisiologis yang terjadi pada tubuh lansia serta risiko kesehatan yang mungkin dihadapi.

b. Pemeriksaan Kesehatan Rutin

Lansia lebih memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya untuk memeriksakan diri secara rutin untuk menjaga kesehatan selama masa lansia. Kegiatan ini dilakukan bersama dengan petugas medis dari Puskesmas Kayon yang melakukan pemeriksaan kesehatan dan memberikan saran medis yang diperlukan.

Program ini fokus pada pendekatan yang holistik dan partisipatif. Beberapa bentuk aksi teknis yang dilaksanakan adalah:

a. Edukasi dan Informasi

Edukasi secara rutin dan terjadwal memberikan informasi penting yang mengubah cara

pandang lansia tentang kesehatan. Melalui kegiatan ini, lansia diberikan pengetahuan mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin untuk mendeteksi penyakit sejak dini.

b. Peningkatan Partisipasi Lansia

Lansia dilibatkan dalam diskusi untuk mengatasi kendala sehingga meningkatkan keikutsertaan para lansia dalam kegiatan posyandu secara signifikan. Sebelumnya, hanya sekitar 50% lansia yang berpartisipasi aktif, namun setelah adanya kegiatan ini, partisipasi meningkat menjadi sekitar 80%.

Beberapa perubahan sosial yang muncul sebagai hasil dari kegiatan pengabdian ini meliputi:

a. Perubahan Perilaku Lansia

Salah satu hasil paling signifikan dari kegiatan ini adalah perubahan perilaku lansia dalam menjaga kesehatan lansia. Lansia juga lebih sadar dan peduli dengan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Para lansia juga lebih meningkat pengetahuannya tentang informasi kesehatan dan mulai mengubah kebiasaan hidupnya untuk lebih sehat.

b. Peningkatan Kesadaran Komunitas

Dengan meningkatnya kesadaran dan pengetahuan lansia tentang kesehatan, masyarakat menjadi lebih mendukung upaya untuk menjaga kesejahteraan lansia, baik dari sisi fisik maupun sosial. Perubahan sikap ini juga didukung oleh para keluarga lansia yang mulai mempedulikan kesehatan orang tuanya yang sudah di masa lansia. Adapun peningkatan pengetahuan dan sikap dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Deskriptif Statistik Skor Pengetahuan atau Sikap Lansia Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Kesehatan

Variabel	N	Skor Minimum	Skor Maksimum	Mean	SD
Pengetahuan Sebelum Kegiatan	50	4	8	6	2
Pengetahuan Sesudah Kegiatan	50	7	9	8	1
Sikap Sebelum Kegiatan	50	1	5	3	2

Sikap Sesudah Kegiatan	50	5	7	6	1
------------------------	----	---	---	---	---

Berdasarkan tabel 1 di atas, pengetahuan sebelum kegiatan rata-rata pengetahuan lansia sebelum mengikuti kegiatan pemberian edukasi adalah 6, dengan variasi yang cukup besar ($SD = 2$). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan lansia tentang kesehatan sebelum kegiatan sangat bervariasi. Setelah mengikuti kegiatan pemberian edukasi, terdapat peningkatan signifikan dalam skor pengetahuan dengan rata-rata mencapai 8 dan standar deviasi yang lebih kecil ($SD = 1$). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan setelah mengikuti kegiatan pengabdian.

Skor sikap sebelum kegiatan memiliki rata-rata 3, dengan standar deviasi yang lebih tinggi ($SD = 2$), yang menunjukkan adanya variasi dalam sikap lansia terhadap kesehatan sebelum adanya intervensi. Setelah kegiatan, rata-rata skor sikap meningkat menjadi 6, dan standar deviasi turun menjadi 1 yang menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil merubah sikap lansia, dengan lebih banyak lansia yang memiliki sikap positif terhadap kesehatan.

4. DISKUSI

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Kemuning bertujuan untuk meningkatkan kesehatan lansia dalam pemeriksaan kesehatan secara rutin. Berdasarkan hasil dari kegiatan tersebut didapatkan adanya peningkatan kesehatan lansia. Proses ini juga memberikan perubahan sikap dan perilaku lansia dalam menjaga kesehatan. Dampak positif lainnya adalah terbentuknya komunitas antar lansia untuk saling mendukung dalam meningkatkan kesehatan, perubahan perilaku ke arah yang positif, dan meningkatnya dukungan keluarga serta masyarakat.

Hasil dari kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan dalam pengetahuan dan sikap lansia terhadap kesehatan. Sebelum kegiatan, ada beberapa lansia kurang memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin di masa lansia. Setelah mendapatkan edukasi para lansia mulai sadar untuk lebih rutin mengikuti pemeriksaan kesehatan dan juga adanya perubahan pola hidup menjadi lebih sehat. Data yang didapatkan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dan sikap lansia yang cukup besar, dari rata-rata 6 menjadi 8 untuk pengetahuan, dan nilai rata-rata sikap dari 3 menjadi 6. Beberapa lansia yang sebelumnya belum aktif dalam kegiatan posyandu menjadi lebih aktif memberikan edukasi kepada para lansia lainnya mengenai pentingnya

pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Hal ini sejalan dengan teori perubahan perilaku dari Gollwitzer, et al (2018) bahwa perilaku terbentuk dari interaksi individu, lingkungan, dan pembelajaran sosial. Hal ini dilihat dari perubahan perilaku lansia setelah mendapat edukasi terkait kesehatan. Lansia yang pada awalnya tidak tertarik atau tidak peduli dengan pemeriksaan kesehatan, akhirnya mulai melakukan tindakan pencegahan dan pemeriksaan secara rutin.

Pengabdian dimulai dengan pemberian edukasi kepada lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan di masa lansia. Pada tahap awal, banyak lansia yang tidak memahami mengapa mereka perlu melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin di usia lanjut. Hal ini sejalan dengan teori Pemberdayaan Masyarakat, yang menekankan pentingnya individu yang diberikan pengetahuan dan keterampilan untuk mengubah lingkungan sosial mereka (Notoatmodo, 2018).

Peningkatan kesadaran lansia terhadap kesehatan ini juga didukung oleh dukungan keluarga. Banyak keluarga lansia yang sebelumnya kurang mendapat dukungan dari keluarga untuk menjaga kesehatannya, tetapi setelah mendapatkan edukasi yang lebih baik mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan semakin mendapat dukungan penuh dari keluarga. Hal ini menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam mendukung perubahan perilaku, yang juga dibahas dalam Teori Dukungan Sosial oleh Masi, C. M., & Hawkley, L. C. (2020) yang menyatakan bahwa dukungan sosial yang baik dapat mempengaruhi perilaku individu secara positif (Masi, et al 2020).

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah dilakukan sesuai tahap yang direncanakan dari awal yaitu dimulai dengan pengumpulan data awal melalui wawancara dan observasi dengan kader posyandu dan lansia. Kegiatan ini dilakukan bersama Lansia, masyarakat, tim Dosen dan Mahasiswa serta Petugas Kesehatan Puskesmas Kayon. Adapun rangkaian kegiatan dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Foto Bersama Lansia dan Mahasiswa



Gambar 2. Foto Kegiatan Pemberian Edukasi



Gambar 3. Foto Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Lansia

5. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Posyandu Kemuning menunjukkan dampak yang positif terhadap perubahan sosial, baik pada tingkat individu maupun komunitas. Lansia menjadi lebih sadar dan lebih peduli dengan kesehatan lansia. Lansia juga mulai rutin melakukan pemeriksaan dan menjadi agen perubahan dalam komunitas lansia. Temuan ini mendukung teori-teori perubahan sosial, pemberdayaan masyarakat, dan perubahan perilaku yang telah dijelaskan sebelumnya. Melalui pendekatan yang berbasis edukasi, kegiatan pengabdian ini berhasil memberikan dampak yang luas bagi lansia, keluarga, dan masyarakat.

6. PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Puskesmas Kayon atas dukungan fasilitas dan tenaga medis, serta arahan yang sangat berharga. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Kader Posyandu Kemuning yang dengan semangat dan dedikasi tinggi telah membantu pelaksanaan edukasi dan pendampingan kepada lansia. Kami juga mengapresiasi Lansia yang terdaftar di Posyandu Kemuning atas partisipasi aktif dalam kegiatan ini.

7. DAFTAR REFERENSI

- Apriani, V. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan partisipasi lansia dalam kegiatan posyandu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Gollwitzer, P. M., et al. (2018). The theory of behavior change: A framework for developing and evaluating behavior change interventions. *Psychology and Health Journal*.
- Masi, C. M., & Hawkey, L. C. (2020). Social support and its impact on individual behavior. *Journal of Social and Personal Relationships*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Pemberdayaan masyarakat dalam kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurlia, F. (2024). Motivasi lansia dan hubungannya dengan partisipasi dalam posyandu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Oktariana, S., & rekan. (2024). Peran dukungan keluarga terhadap keaktifan lansia di posyandu. *Jurnal Kesehatan Komunitas*.
- Sukoco, I. (2018). *Partisipatif action research (PAR): Pendekatan dan implementasinya dalam penelitian sosial*. Surabaya: Unair Press.