Journal of Community Health Development
Vol. 1 No.1 Tahun 2020
Journal Homepage : http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jchd

Penguatan Peran Posyandu Lansia Melalui *Case Study* dan Alih Teknologi untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Lanjut Usia

Studi Kasus di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas

Saryono[1], Heryanto[2], Anas Sumeru[3]

[1,3]Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto
[2]Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto

**Corresponding author: sarbiokim@gmail.com*

Abstrak

Gangguan kesehatan pada lanjut usia umumnya terjadi akibat kemunduran fungsi organ. Kegagalan fungsi satu organ akan berdampak pada organ yang lain misalnya pada intake makanan yang menurun, aktivitas yang terbatas dan menurunnya imunitas sehingga semakin memperberat gangguan kesehatan. Peran posyandu lansia sangat diperlukan sebagai peran social untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader kesehatan di desa Linggasari, Kembaran, Banyumas dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan lansia. Metode pelaksanaan kegiatan dengan cara pendidikan kesehatan, pelatihan, pemberian bantuan paket alat deteksi tekanan darah dan pendampingan. Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah melakukan diskusi dan studi kasus untuk mengenali gangguan kesehatan yang sering pada lansia, tanda dan gejala, menyusun menu makanan sehat dengan food model dan alih teknologi praktik pengukuran tekanan darah dengan alat digital serta pendampingan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa kader mampu mengenali tanda dan gejala beberapa gangguan kesehatan yang sering muncul pada lansia, menyusun menu makanan sehat dan dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah secara benar. Penguatan kader kesehatan dalam mengenali gangguan kesehatan pada lansia dapat dilakukan dengan model diskusi studi kasus dan praktik pengukuran tekanan darah.

Kata kunci: *posyandu, lansia, masalah kesehatan, hipertensi*

Abstract

Health problems in the elderly generally occur due to deterioration in organ function. Malfunction of an organ will have an impact on other organs such as limited activity,

decreased food intake and immunity so that it aggravates health problems. The role of the posyandu for the elderly is very much needed as a social role to improve the health status of the elderly. The aim of this community service is to increase the knowledge and skills of health cadres in the village of Linggasari, Kembaran, Banyumas in an effort to improve the health status of the elderly. This methods are health education, training, the provision of assistance with blood pressure detection devices and assistance. The stages include conducting discussions and case studies to identify frequent health problems in the elderly, signs and symptoms, compiling healthy food menus with food models and technology transfer practices of blood pressure measurement with digital devices as well as mentoring. The results indicate that cadres are able to recognize the signs and symptoms of several health problems that often appear in the elderly, compile a healthy diet and can properly check blood pressure. Strengthening health cadres in recognizing health problems in the elderly can be done by discussing case study models and blood pressure measurement practices.

Keywords: *posyandu, elderly, health problems, hypertension*

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan cenderung terjadi pada lanjut usia. Keluhan pegel linu, nyeri tulang, otot dan persendian merupakan gangguan kesehatan terbanyak di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas (Buku Kunjungan Pasien, Poliklinik Desa, 2017). Jumlah penduduk dengan kategori lanjut usia di Desa Linggasari mencapai sekitar 200 lansia. Namun program posyandu lansia belum berjalan optimal dan belum rutin dilaksanakan setiap bulan.

Keberlangsungan posyandu lansia perlu dipertahankan dengan meningkatkan dukungan potensi lokal secara ekonomi. Tanpa dukungan posyandu lansia, kesehatan lansia sulit dimonitor dan tidak dapat diketahui secara dini permasalahan kesehatan yang muncul (Sulaiman and Anggriani, 2017). Akibatnya penanganan masalah kesehatan menjadi terlambat dan bahkan sering berkembang menjadi kronis. Posyandu di desa Linggasari bergerak dalam lingkup posyandu balita untuk meningkatkan derajat kesehatan anak-anak. Posyandu lansia pernah terbentuk, namun belum digarap secara baik dan optimal dan akhirnya bubar kembali. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader posyandu, diperoleh data bahwa tingkat pengetahuan tentang pencegahan penyakit degenerative pada lansia masih rendah. Kepala desa menyatakan bahwa perlunya peningkatan pengetahuan dan ketrampilan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan optimalisasi produk lokal untuk mendukung ekonomi keluarga.

Kader kurang memahami pola makanan untuk mencegah berbagai gangguan kesehatan pada lansia, seperti hipertensi, pengeroposan tulang, dan penyakit degenerative lainnya. Kader juga belum memahami latihan untuk deteksi dini hipertensi. Kader menyampaikan keluhannya bahwa belum pernah mendapatkan pelatihan tentang pencegahan dan penatalaksanaan beberapa penyakit yang sering terjadi, padahal banyak warga lansia yang memiliki keluhan kesehatan. Keluhan tekanan darah tinggi, nyeri tulang, otot dan persendian merupakan gangguan kesehatan terbanyak di Desa Linggasari (Buku Kunjungan Pasien, Poliklinik Desa, 2017). Keluhan ini sangat mengganggu produktifitas masyarakat yang mayoritas bekerja sebagai petani.

2. TUJUAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader kesehatan di desa Linggasari, Kembaran, Banyumas dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan lansia.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan program Desa Binaan ini dilakukan dengan metode pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gangguan kesehatan pada lansia menggunakan diskusi dan studi kasus. Tahapan berikutnya berupa praktik menyusun menu makanan sehat bagi lansia, serta alih teknologi teknik pengukuran tekanan darah yang dilakukan dengan demonstrasi dan praktikum. Pada akhir kegiatan, alat pemeriksaan tekanan darah dihibahkan kepada kader untuk mendampingi lansia meraih sehat di usia lanjut. Pemberian paket bantuan alat pemeriksaan tekanan darah ini bertujuan untuk memfasilitasi para kader berlatih dan mengecek kesehatan lansia. Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah melakukan diskusi dan studi kasus untuk mengenali tanda dan gejala gangguan kesehatan pada lansia yang sering terjadi, mengidentifikasi riwayat mengkonsumsi makanan dan menyusun menu makanan sehat dengan *food model* dan praktik pengukuran tekanan darah dengan alat digital. Khalayak sasaran dari kegiatan ini adalah kader kesehatan di desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas. Kader-kader kesehatan inilah nantinya diharapkan dapat mentransfer pengetahuan dan keterampilannya dengan menjangkau seluruh lansia di desa Linggasari untuk meningkatkan derajat kesehatannya.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian Desa Binaan untuk mengoptimalisasi peran kader posyandu dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia untuk mencegah timbulnya berbagai gangguan kesehatan pada lansia di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas diawali dengan melakukan sosialisasi dan pengenalan berbagai macam gangguan kesehatan pada lansia di balai desa.

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan gangguan kesehatan pada lansia

Sosialisasi tentang pencegahan gangguan kesehatan pada lansia dilakukan dengan cara penyuluhan dan demonstrasi. Kegiatan ini berisi tantang berbagai jenis potensi gangguan kesehatan yang sering terjadi pada lansia, tanda dan gejala, pencegahan, dan penanganan darurat ketika terjadi masalah kesehatan. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 16 kader posyandu dan 30 orang lansia serta pegawai desa Linggasari. Kehadiran peserta sebanyak 85% untuk kader posyandu. Peserta aktif bertanya selama kegiatan berlangsung dan diskusi terasa hidup. Beberapa pertanyaan yang disampaikan peserta berkaitan dengan penanganan ketika terjadi hipertensi dan upaya pencegahannya. Setelah kegiatan selesai, evaluasi dilakukan baik secara lisan maupun secara tertulis dengan memberikan lembar evaluasi kognitif kepada peserta secara langsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan 98%. Seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan tentang masalah-masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia. Pengetahuan yang meningkat diharapkan dapat menumbuhkan sikap positif sehingga dapat mempengaruhi perilaku kesehatan (Sheeran *et al.*, 2016).

Pelatihan keterampilan berbagai terapi yang diperlukan lansia

Terapi music kesukaan, senam lansia, stimulasi otak, terapi aktivitas kelompok dan terapi relaksasi autogenic sangat dibutuhkan oleh para lansia. Berbagai keluhan ketidaknyamanan pada lansia seperti nyeri, sakit kepala, pegal dan linu pada tulang dan sendi sering dirasakan oleh para lansia. Keluhan ini dapat diminimalkan atau dihilangkan dengan melakukan teknik relaksasi autogenik, teknik ini juga dapat digunakan untuk mengurangi ketegangan atau stress. Dengan relaksasi, maka otot dan saraf menjadi relaks, tidak menegang. Pikiran menjadi fresh kembali sehingga lansia dapat tidur dan istirahat dengan nyaman.

Kegiatan diawali dengan menuntun peserta untuk merasakan relaks saat dilakukan terapi relaksasi autogenic, kemudian peserta diminta mencoba sendiri dengan memberikan sugesti dari diri sendiri. Evaluasi dilakukan langsung setelah peserta mencoba, bagaimana perasaannya setelah melakukan terapi tersebut. Sebanyak 90% peserta mengungkapkan perasaannya menjadi relaks, dan santai. Peserta juga dapat mencoba terapi dengan memberikan sugesti sendiri. Terapi relaksasi dapat dilakukan kapanpun secara mandiri. Hasil observasi selama latihan teknik relaksasi berlangsung, para peserta terlihat menikmati keheningan dan relaks mengikuti perintah instruktur. Dari hasil pengungkapan perasaan oleh peserta, para peserta merasakan kondisi tubuhnya menjadi relaks, tenang dan damai setelah melakukan relaksasi autogenik.

Menggerakkan tubuh dapat dilakukan dari bagian mana saja, tidak harus berurutan. Meskipun sebaiknya gerakan dilakukan secara teratur namun kadang kemampuan mengingat pada lansia mulai menurun. Senam merupakan kumpulan gerakan yang teratur untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Senam untuk meningkatkan kebugaran dilakukan dengan beberapa kali ulangan untuk memperlancar gerakan. Sebelum melakukan senam, peserta melihat dan mengamati gerakan senam melalui media audiovisual dengan memutar CD senam.

Senam dapat dilakukan dengan memilih gerakan yang sederhana dan mudah diingat. Untuk meningkatkan semangat dalam melakukan gerakan senam, video senam dikombinasi dengan music instrument sesuai dengan irama gerakan. Setelah pemutaran video selesai, peserta memperagakan senam dengan dipimpin oleh trainer. Pengecekan tanda-tanda vital dilakukan sebelum dan setelah senam. Evaluasi dilakukan setelah kegiatan dengan cara meminta peserta memperagakan kembali senam dan dinilai menggunakan ceklist. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa peserta mampu melakukan senam dengan benar disertai melihat video gerakan senam. Peserta diberikan video tentang gerakan senam kebugaran.

Music dapat menggambarkan ekspresi perasaan seseorang dan juga merangsang perasaan seseorang untuk berubah mengikuti alunan musik. Manusia umumnya hidup

berdampingan dengan alunan music kesukaannya masing-masing. Pelatihan terapi musik kesukaan ini dilakukan untuk mengurangi ketegangan maupun stress dalam kehidupan sehari-hari. Rasa jenuh dan beban hidup yang muncul dapat dikurangi dengan mendengarkan lagu-lagu kesukaan terutama lagu penuh kenangan pada masa lalu.

Music dapat didengarkan kapan saja saat membutuhkan relaksasi ataupun sebagai hiburan berdampingan saat bekerja. Pelatihan dilakukan dengan mendengarkan lagu melalui laptop/ CD player. Lagu kenangan ini dipilih yang mempunyai frekuensi sedang dengan alunan ritme yang lambat. Prinsip kerja terapi music ini adalah merelaksasikan pikiran sehingga menjadi santai. Ketika pikiran menegang, otot dan saraf ikut menegang sehingga kondisi tubuh menjadi tidak nyaman. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan ini dilakukan wawancara perasaan setelah mendengarkan music. Pelatihan diarahkan supaya peserta dapat memperagakan dan mengajarkan bagaimana melakukan terapi musik dengan benar. Terapi music tidak memerlukan alat yang mahal dan ruangan khusus. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 100% kader dapat melakukan prosedur dengan benar dan lansia menyatakan nyaman, senang dan santai saat mendengarkan musik.

Otak merupakan organ vital yang harus dioptimalkan dan dipertahankan fungsinya. Kemunduran fungsi otak akan mempengaruhi kemauan dan kemampuan lanjut usia dalam beraktifitas dan menjaga kesehatannya. Otak sangat penting untuk mengendalikan kemampuan organ lain seperti otot dan tulang untuk bergerak. Fungsi koordinasi otak yang baik akan membantu menjaga fungsi berbagai sistem tubuh agar tetap sehat.

Pelatihan ketrampilan stimulasi otak terdiri dari peningkatan aliran darah ke otak, peningkatan keseimbangan otak kanan dan kiri serta peningkatan memori. Kegiatan ini dilaksanakan kepada seluruh kader posyandu dan lanjut usia dengan menggunakan media audiovisual dan praktik. Kehadiran peserta 90%. Peserta aktif mengikuti kegiatan yang ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan dan partisipasi peserta sampai semua gerakan dipraktikkan. Para peserta juga diberikan CD terapi stimulasi otak sehingga peserta dapat memperagakan secara langsung di rumah. Evaluasi dilakukan dengan meminta redemonstrasi setelah selesai pelatihan yang dinilai menggunakan cek list. Berdasarkan pengamatan dan penilaian, tingkat keberhasilan setelah pelatihan sebesar 95%.

Manusia pada dasarnya merupakan makhluk sosial. Melalui terapi aktivitas kelompok, manusia belajar menghayati dan memahami perannya dalam bermasyarakat. Terapi ini bertujuan untuk menghilangkan rasa stress dan ketegangan pada lanjut usia dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Terapi ini mudah dilakukan yaitu dengan cara bersosialisasi dengan tetangga, mengikuti kegiatan pengajian, arisan, jalan pagi maupun aktifitas social kemasyarakatan lainnya.

Pada saat latihan, para lansia disadarkan tentang penting bersosialisasi dengan tetangga, *sharing* pengalaman hidup, saling berbagai perasaan dan saling menghibur. Peserta diajarkan bagaimana melakukan terapi aktifitas kelompok, mendiskusikan dengan teman sekelompok permasalahan harian dan memberikan masukan/solusi terhadap permasalahan. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 90%. Hasil penilaian saat kegiatan berlangsung menunjukkan 100% kader dapat melakukan terapi aktivitas kelompok dengan baik. Peserta dapat menyampaikan keluhan/masalah pribadinya dan memberikan masukan terhadap peserta lain.

Perubahan perilaku dapat muncul dari kesadaran terhadap aspek yang dipelajari. Berbagai ketrampilan yang menunjang pola hidup sehat dapat diperlajari dari berbagai sumber termasuk buku perpustakaan, teman, orang tua maupun media social. Penggunaan media social terbukti dapat mempengaruhi perilaku seseorang (L. Nabia *et al.*, 2019).

Alih teknologi pemeriksaan tekanan darah

Masalah yang sering terjadi pada lansia adalah peningkatan tekanan darah (hipertensi) terutama saat terjadi emosi. Tekanan darah yang tinggi sangat membahayakan individu karena dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah. Serangan hipertensi akan didahului oleh faktor pencetus misalnya emosi, stres dan gangguan psikologis lain. Kabar yang buruk, beban psikologis maupun tuntutan hidup yang berat akan menyebabkan rangsang simpatis teraktivasi sehingga tekanan darah meningkat. Masalah ini akan menyebabkan kepala pusing, berdenyut maupun migrain dan diikuti kelabilan emosional. Peningkatan tekanan darah akan membuat rasa ketidaknyamanan pada lansia berupa gangguan tidur, dada berdebar, sakit kepala, pandangan berkunang-kunang hingga berlanjut ke gangguan kesadaran. Oleh karena itu, deteksi dini hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah penting untuk diajarkan. Peserta dilatih cara melakukan pemeriksaan tekanan darah dengan tensimeter digital yang sangat praktis. Setiap peserta dihimbau untuk mengukur tekanan darah temannya secara berpasang-pasangan. Evaluasi dilakukan langsung setelah peserta mencoba melakukan pemeriksaan tekanan darah. Sebanyak 90% peserta dapat mencoba mengukur tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Selama praktik pengukuran tekanan darah, peserta terlihat sangat antusias untuk dapat mencoba melakukan pemeriksaan tekanan darah.

Pelibatan teknologi dalam memonitor kesehatan tubuh sangat penting. Beberapa alat digital sudah banyak tersedia di pasaran dan penggunaan yang mudah serta praktis, sangat mendukung para lansia untuk menjaga kesehatannya. Hasil penelitian akhir-akhir ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi kesehatan berbasis telepon genggang sangat masif terjadi dan dapat mempengaruhi perilaku individu untuk berubah (Jing Zhao, Freeman and Li, 2016).

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan mengelola diet pada lansia dan monitoring status gizi

Kemampuan mencerna makanan pada lansia mengalami penurunan. Gigi yang sudah tidak lengkap, penurunan jumlah enzim pencernaan, atrofi sel dalam sistem pencernaan dan selera makan yang rendah merupakan beberapa penyebab perilaku makan menurun pada lansia. Makanan yang dikonsumsi sangat mempengaruhi kesehatan tubuh. Banyak senyawa dalam makanan yang dibutuhkan untuk menjamin keberlangsungan hidup sel tubuh.

Pola diet yang tidak baik tentunya akan meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan. Pelatihan memilih makanan yang sehat dan makanan seimbang diikuti oleh seluruh kader. Peserta diajarkan bagaimana menyusun menu harian dan memilih jenis makanan yang baik untuk mencegah kemunduran fungsi tubuh secara cepat, pengeroposan tulang dan hipertensi. Hasil penilaian yang dilakukan menunjukkan bahwa 100% peserta dapat menyebutkan jenis-jenis makanan yang baik untuk mencegah pengeroposan tulang. Peserta dapat mengkombinasi menu masakan dengan benar.

Makanan merupakan faktor penting yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan pada lansia selain faktor psikologis. Status gizi yang berlebihan atau kondisi komponen tubuh yang tidak normal dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Makanan tinggi garam dan lemak dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Kurang makan dapat menurunkan imunitas tubuh. Pola makan yang tidak baik akan meningkatkan risiko terjadi hipertensi maupun osteoporosis (Saryono *et al.*, 2018).

Pembatasan makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh dapat dilakukan dengan memodifikasi potensi sumber daya lokal. Peserta diajarkan bagaimana mengurangi asupan garam pada makanan dan jensi-jenis garam yang tidak disadari dapat mempercepat

peningkatan tekanan darah. Makanan yang tidak menyehatkan seperti tinggi kolesterol, makanan berpengawet, pewarna dan perasa sebaiknya mulai dibatasi. Hasil penilaian yang dilakukan menunjukkan bahwa 90% peserta dapat menyebutkan jenis-jenis makanan yang sering menimbulkan masalah kesehatan seperti makanan pedas, sayuran sumber asam urat, makanan sumber garam yang harus dibatasi konsumsinya dan makanan sumber kolesterol. Peserta juga dapat memodifikasi jenis-jenis makanan yang tidak membutuhkan tambahan garam dalam memasaknya.

Pendampingan perubahan perilaku gaya hidup para lansia.

Gangguan kesehatan kapan saja dapat terjadi, karena seiring dengan penuaan, kondisi imunitas tubuh dan kekuatan masing-masing organ akan menurun. Kelebihan asam urat, peningkatan tekanan darah, gangguan metabolic seperti diabetes melitus, gangguan ginjal dan penyakit kulit sering terjadi pada lansia. Pencegahan penyakit dapat dilakukan dengan modifikasi makanan, pengaturan diet, olahraga yang teratur, menjaga kebersihan dan pengendalian emosi. Pencegahan dan deteksi dini penyakit dapat dilakukan secara rutin dengan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin misalnya control gula darah, tekanan darah, asam urat, kolesterol dan lain-lain. Oleh karena itu perlu pendampingan secara rutin untuk melakukan monitoring kesehatan. Pendampingan berefek untuk membiasakan diri para lanjut usia bergaya hidup sehat (Saryono, Rahmawati and Proverawati, 2016).

5. KESIMPULAN

Kegiatan optimalisasi peran kader posyandu lansia untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas dihadiri oleh semua anggota kader kesehatan desa, bidan desa, dan para lanjut usia. Para kader terlihat antusias mengikuti *refreshing* pengetahuan tentang berbagai masalah kesehatan pada lansia, cara deteksi dini dan cara penanganan sederhana termasuk cara pemeriksaan tekanan darah. Hasil evaluasi *pre-* dan *post-test* terlihat adanya *trend* peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader mengenani masalah-masalah kesehatan dan cara pencegahannya pada lansia. Perlu upaya pendampingan yang berkelanjutan untuk menjamin para kader berperan serta aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

6. UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Jenderal Soedirman yang telah memberikan hibah Bina Desa tahun 2019.

7. REFERENSI

Jing Zhao, Freeman, B. and Li, M. (2016) 'Can Mobile Phone Apps Influence People's Health Behavior Change? An Evidence Review', *Journal of Medical Internet Research*, 18(11).

L. Nabia, R. *et al.* (2019) 'When audiences become advocates: Self-induced behavior change through health message posting in social media', *Computers in Human Behavior*, 99, pp. 260–267.

Saryono *et al.* (2018) 'Osteoporosis-Concerned Group and Empowering Elderly Model to Increase Calcium Intake: a Study Among Indonesian Elderly', *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(1), pp. 1–7. Available at:

http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/733.
Saryono, S., Rahmawati, E. and Proverawati, A. (2016) 'Community empowering models to gout management : A study among Indonesian cadres and elderly', *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(7), pp. 28–31.
Sheeran, P. *et al.* (2016) 'The impact of changing attitudes, norms, and self-efficacy on health-related intentions and behavior: A meta-analysis', *Health Psychology*, 35(11), pp. 1178–1188.
Sulaiman and Anggriani (2017) 'PKM Pemanfataan Posyandu Lansia Di Desa Sukaraya Kecamatan Pancurbatu tahun 2017', *Amaliah, Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1).