



KODE ARTIKEL : PKM-24-2-4-3

Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemberdayaan Kader Posyandu di Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas

Erna Kusuma Wati 1, Setiyowati Rahardjo 1, Pramesthi Widya Hapsari 1

1 Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

*email korespondensi : erna.wati@unsoed.ac.id

ABSTRAK

Peningkatan penduduk lansia akan berdampak peningkatan ketergantungan lansia karena kemunduran fisik, psikis, sosial dan kesehatan lansia. Dibutuhkan suatu program pembangunan kelanjutusiaan yang mampu meningkatkan Kualitas hidup. Posyandu lansia sebagai salah satu upaya kesehatan yang bersumber daya masyarakat di Puskesmas yang dibantu oleh kader. Kader Posyandu lansia berperan dalam melakukan screening dini kesehatan lansia dan pengukuran status gizi dan kesehatan secara rutin. Puskesmas Purwokerto Utara II terdapat posyandu lansia baru 44,4%, ada beberapa RW digabung jadi satu, belum dilaksanakan secara rutin bimbingan teknis ke kader dan posyandu lansia, kurangnya pengetahuan lansia mengenai manfaat posyandu, akses untuk ke posyandu lansia yang belum merata, masih terbatasnya sarana dan prasarana posyandu lansia. Kegiatan dilakukan pelatihan, demonstrasi, pendampingan dan pembentukan forum posyandu lansia sebagai salah satu upaya kesehatan yang bersumber daya masyarakat untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi lansia. Media modul gizi lansia dan video kesehatan lansia oleh tim pengabdian. Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan dengan nilai $p < 0,000 < \alpha (0,05)$. Kegiatan pelatihan dalam rangka pemberdayaan kader posyandu lansia dengan kegiatan seperti pelatihan kader, demonstrasi pengukuran status gizi dan pendampingan posyandu lansia

Kata kunci : Kualitas hidup, Kader, Lansia, Posyandu

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan berdampak terhadap berbagai kehidupan antara lain peningkatan ketergantungan lansia karena kemunduran fisik, psikis, sosial dan kondisi kesehatan. Pada tahun 2000 Kementerian Kesehatan mulai mengembangkan konsep pelayanan kesehatan santun lanjut usia yang diawali dengan rencana pengembangan Puskesmas yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan santun lanjut usia di seluruh Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2016b). Posyandu Lansia merupakan adalah tempat pelayanan bagi kelompok usia lanjut yang menitikberatkan pada pemberian pelayanan promotif dan preventif, tetapi tidak mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitative (Kementerian Kesehatan RI, 2016a).

Pelayanan yang disediakan oleh posyandu lansia adalah pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan kesehatan yang dilaksanakan setiap satu bulan sekali, serta memberikan makanan tambahan dan senam lansia setiap satu atau dua minggu sekali. Kelompok yang ditunjuk sebagai penyalur informasi secara langsung kepada para lansia yang disebut kader atau orang yang ditunjuk untuk membantu pelaksanaan posyandu lansia. Kader posyandu lansia memiliki peranan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan cara motivasi, penyuluhan dan pemantauan kesehatan secara berkala upaya kesehatan. Kader kesehatan berperan dalam melakukan screening dini kepada semua lansia di wilayah masing-masing sehingga dapat dilakukan tindakan lanjutan dalam rangka memenuhi kesejahteraan dan peningkatan kualitas hidup lansia dengan harapan akan mewujudkan lansia sehat, mandiri, berkualitas dan produktif (Kurniawan, 2023; Putri, 2017).

Rasionalisasi pemilihan khalayak sasaran adalah kader posyandu mempunyai tugas untuk mengelola dan melayani masyarakat dalam pelayanan dan pemantauan gizi dan kesehatan ibu dan anak serta merupakan perpanjangan tangan Puskesmas (Kemenkes RI, 2012).



Rangkaian kegiatan PKM penerapan IPTEKS di Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas melalui peningkatan kualitas hidup lansia melalui pemberdayaan kader posyandu lansia dengan melakukan transfer informasi melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan pelayanan terhadap lansia, deteksi dini resiko dan gejala penyakit serta pencegahan penyakit pada lansia oleh pengabdian bekerjasama dengan pihak mitra.

MATERI DAN METODE

Pengabdian kepada Masyarakat penerapan IPteks dilaksanakan di Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas dari bulan Juni sampai Agustus 2023. Kegiatan PKM dimulai persiapan kegiatan, koordinasi dengan pihak mitra, pelatihan, demonstrasi, pendampingan dan pembentukan forum posyandu lansia sebagai salah satu upaya kesehatan yang bersumber daya masyarakat untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi lansia. Sasaran kegiatan ini adalah sejumlah kader dan lansia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan PKM Penerapan Ipteks

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas meliputi:

1. Perijinan kegiatan kepada mitra (Kepala Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas)
2. Sosialisasi kegiatan kepada mitra (Kepala Puskesmas Purwokerto Utara II) dengan melibatkan Pengelola Program Lansia, Promkes dan Gizi dan Tim Pengabdian dan disepakati hari pelaksanaan.
3. Penyusunan demplot untuk media pelatihan gizi lansia (modul dan poster dan video gizi lansia). Penyusunan media melibatkan tim pelaksana kegiatan PKM penerapan Ipteks terdiri atas ketua dan 2 anggota pelaksana kegiatan dan mitra
4. Sarana Prasarana PKM Penerapan Ipteks. Penyediaan sarana prasarana untuk Posyandu Lansia. berupa antropometri kid, alat pengukur tensi darah dan alat Cek Gula, Kolesterol, Asam Urat.



Gambar 1. Penyediaan Sarana Prasarana

Link Vidio :

<https://www.canva.com/design/DAGQSYRC2Is/OpQ9yBNxhGD1lgvuo0AzqQ/edit>



Gambar 2. Media Pengabdian penerapan IPTEKS



Pelatihan untuk Kader Posyandu Lansia

Pada kegiatan PKM penerapan Ipteks sebagai kelompok sasaran adalah perwakilan kader dari 13 posyandu lansia di Puskesmas Purwokerto Utara II sebanyak 30 orang (Grendeng, Sumampir, Pabuaran, Karangwangkal). Pelaksanaan Pelatihan untuk Kader Posyandu Lansia dilakukan secara offline dengan tujuan menjelaskan manajemen pengelolaan posyandu lansia dan mengenalkan peran kader dalam caregiver dan Pengukuran status gizi. Materi pelatihan dan demonstrasi meliputi manajemen pengelolaan posyandu lansia, lansia dan permasalahan kesehatan, deteksi dini resiko dan gejala penyakit pada lansia, pengukuran status gizi.

Pada kegiatan ini dilakukan pengukuran pengetahuan kader terkait materi yang disampaikan, diketahui bahwa rata-rata pengetahuan pada saat pretest sebesar 80,36 dan mengalami peningkatan pada saat posttest menjadi 90,48. Peningkatan rata-rata pengetahuan naik sebesar 12,59 %. Selanjutnya dilakukan analisa perbedaan hasil pretest dan posttest diperoleh ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi pelatihan kader dengan brainstorming dan demonstrasi pengukuran status gizi dengan media modul, video dan antropometri kid (p value < 0.05).

Peningkatan pengetahuan peserta melalui pelatihan sangat diperlukan agar kader mampu mengelola dan melakukan kegiatan posyandu khususnya dalam melakukan penyuluhan dan konseling terhadap peserta posyandu sesuai dengan kemampuannya, karena pengetahuan dan kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi pembentukan tindakan seseorang (Rahman et al., 2019).

Kegiatan yang dilakukan yaitu melakukan pemberdayaan dan pengembangan terhadap kader posyandu guna mengembangkan potensi pada kader posyandu, dengan adanya pengembangan dan variasi kegiatan yang diberikan pada posyandu, membuat para lansia tidak bosan dan lebih termotivasi untuk selalu datang ke posyandu dan mengontrol kesehatannya, sekaligus dapat memperoleh tambahan informasi dan kegiatan dan tips-tips atau anjuran yang bermanfaat untuk memelihara kesehatan lansia.

Pembentukan Forum Kader Posyandu di Pusekemas Purwokerto Utara II

Pembentukan forum kader posyandu lansia di Puskesmas Purwokerto Utara II. Tujuan forum kader posyandu lansia sebagai ajang komunikasi dan menggalang kebersamaan antar pengelola Posyandu, peningkatan kemampuan pengelolaan Posyandu, untuk saluran komunikasi akan dibuatkan group whatsapp dan didampingi juga oleh mitra dan pengelola program lansia Puskesmas Purwokerto Utara II. Pelaksanaan kegiatan posyandu lansia dikelola oleh pengelola program lansia dengan jumlah posyandu lansia sebanyak 13 yaitu Karangwreda Sumampir, Dahlia Sumampir, Bregas Mulya Sumampir, Rahayu Sumampir, Cendana Sumampir, Adiyuswo Sumampir. As-Syifa Grendeng, Kensaras Grendeng, Mugi Rahayu Grendeng, Limas Permai Karangwangkal, Rw 1 Karangwangkal, Harapan 1 Pabuaran, Harapan 2 Pabuaran

SIMPULAN

Kegiatan pelatihan dalam rangka pemberdayaan kader posyandu lansia dengan kegiatan seperti pelatihan kader, demonstrasi pengukuran status gizi dan pendampingan posyandu lansia sebagai salah satu upaya kesehatan yang bersumber daya masyarakat untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi lansia. Perlu dilakukan kegiatan pemberdayaan lansia yang berkelanjutan setelah intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup kepada lansia dengan secara rutin melakukan pemantauan kesehatan dan status gizi lansia serta aktivitas fisik lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) UNSOED atas pembiayaan Pengabdian Kepada Masyarakat Penerapan IPTEKS dan mitra Puskesmas Purwokerto Utara II Kabupaten Banyumas



DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2012). Ayo ke POSYANDU. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Buku Saku Kesehatan Lansia. In Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. <https://gizikia.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/BUKU LANJUT USIA - Indonesia.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan RI No 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019.
- Kurniawan, J. (2023). Gizi pada Lansia. Kemenkes RI.
- Putri, A. S. E. (2017). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Penerapan Pola Hidup Sehat di Nagari Sumaniak, Kabupaten Tanah.
- Rahman, R., Sopandi, W., Widya, R. N., & Yugafiati, R. (2019). Literacy in The Context of Communication Skills for The 21st Century Teacher Education in Primary School Students. *International Journal of Science and Applied Science: Conference Series*, 3(1), 101. <https://doi.org/10.20961/ijsascs.v3i1.32462>