

FUNGSI POSYANDU LANSIA DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PADA LANJUT USIA (Studi Di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat)

Nur Aysah¹⁾, Juhaepa²⁾, Syaifudin Suhri Kasim³⁾

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

Email: aysahcoo@gmail.com, juhaepasos@gmail.com, syaifudinsuhrikasim@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui fungsi posyandu lansia dalam meningkatkan kualitas hidup pada lanjut usia di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dalam menentukan informan. Teknik analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa posyandu lansia di Desa Lakalamba memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup para lanjut usia. Kegiatan yang dilaksanakan posyandu tidak hanya mencakup pemeriksaan kesehatan rutin dan penyediaan obat-obatan dasar, tetapi juga memberikan dukungan emosional yang penting untuk mengurangi rasa kesepian, stres, dan kecemasan. Hal ini berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan mental dan kebahagiaan para lansia. Selain itu, posyandu lansia juga membantu menghubungkan para lansia dengan layanan kesehatan dan sosial lainnya, memastikan bahwa mereka mendapatkan perawatan yang diperlukan.

Kata Kunci: Fungsi Posyandu, Lansia, Kualitas Hidup

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the function of the elderly posyandu in improving the quality of life for the elderly in Lakalamba Village, Sawerigadi District, West Muna Regency. This research uses a qualitative descriptive method with data collection techniques using observation, interviews and documentation. This research uses Purposive Sampling techniques to determine informants. Data analysis techniques are carried out through data reduction, data presentation, and drawing conclusions or verification. Based on the research results, it shows that the elderly posyandu in Lakalamba Village has a significant role in improving the quality of life of the elderly. The activities carried out by posyandu not only include routine health checks and provision of basic medicines, but also provide important emotional support to reduce feelings of loneliness, stress and anxiety. This contributes to improving the mental well-being and happiness of the elderly. In addition, elderly posyandu also helps connect the elderly with other health and social services, ensuring that they receive the care they need.

Keywords: Posyandu function, elderly, quality of life.

PENDAHULUAN

Menjadi lanjut usia adalah suatu hal yang akan dialami oleh semua orang. Dalam waktu hampir lima dekade, persentase lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2020), yakni menjadi 9,92 persen (26 juta-an) di mana lansia perempuan sekitar satu persen lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (10,43 persen berbanding 9,42 persen). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) memproyeksikan bahwa pada tahun 2045 akan ada peningkatan jumlah lansia yang begitu pesat dan membawa konsekuensi tersendiri terhadap pembangunan nasional. Populasi lansia yang sedemikian besar membawa dampak positif apabila lansia hidup dengan mandiri, sehat, aktif, dan produktif, namun bisa membawa dampak negatif apabila lansia hidup dalam kondisi sakit, tidak produktif dan ketergantungan penuh pada orang lain atau keluarga (Ningsih dkk 2022). Berdasarkan hal tersebut perlu dipersiapkan langkah-langkah yang tepat agar tidak ada penduduk lansia yang terlantar.

Desa Lakalamba, yang terletak di Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat, memiliki populasi lansia yang signifikan. Berdasarkan data dari pemerintah Desa Lakalamba pada tahun 2024, terdapat sekitar 67 lansia yang berusia 60 tahun ke atas. Dimana lansia perempuan di Desa Lakalamba berjumlah 38 orang dan lansia laki-laki berjumlah 29 orang, dari jumlah penduduk 718 jiwa, dan jumlah kepala keluarga 206 kepala keluarga.

Lansia di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat, memiliki berbagai perubahan yang mempengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan sosial mereka. Secara fisik, lansia di Desa Lakalamba mengalami penurunan kekuatan otot dan fleksibilitas sendi, gangguan penglihatan, pendengaran, dan penyakit hipertensi, asam urat, kolesterol, gula darah, sakit lutut, yang membatasi mobilitas dan kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Dari segi psikologis, lansia di Desa Lakalamba sering menghadapi tantangan seperti depresi, kecemasan, kesepian, kehilangan pasangan hidup atau teman sebaya, dan penurunan kemampuan fisik. Secara sosial, lansia di Desa Lakalamba mengalami perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat. Dimana beralih dari peran sebagai pencari nafkah atau pengasuh menjadi individu yang

mebutuhkan perawatan dan dukungan, yang dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan keluarga dan perasaan kehilangan identitas.

Program pelayanan posyandu lansia di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat telah berjalan sejak tahun 2019 sampai sekarang. Menurut Kusumawardani dan Andanawarih, (2018) kegiatan yang dilakukan di posyandu lansia meliputi penimbangan berat badan dan mengukur tinggi badan, lalu dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk mengetahui status gizi lansia. Pelayanan kesehatan dan pemberian penyuluhan tentang gizi, pola hidup sehat, dan kesehatan lansia. Adapun kegiatan posyandu lansia di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat meliputi pemeriksaan kesehatan rutin dan pemberian dukungan emosional dan sosial.

Berdasarkan hasil pemeriksaan, lansia akan diberikan suplemen vitamin atau obat-obatan dasar sesuai anjuran medis untuk memperbaiki atau menjaga kondisi kesehatannya. Selain itu, edukasi kesehatan juga dilakukan dalam setiap pertemuan posyandu lansia, di mana petugas kesehatan dari puskesmas memberikan informasi tentang pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, dan manajemen penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi.

Di samping itu, posyandu lansia di Desa Lakalamba tidak hanya memberikan layanan kesehatan dasar tetapi juga memberikan dukungan emosional dan sosial bagi lansia. Dukungan emosional melalui interaksi yang hangat dan penuh perhatian antara para petugas posyandu lansia dengan para lansia dan diskusi kelompok mengenai berbagai topik yang dapat membantu lansia berbagi pengalaman, memperoleh dukungan, dan meningkatkan rasa kebersamaan.

Dalam proses pelaksanaan posyandu lansia di lakukan sekali dalam sebulan di mana jadwal pelaksanaan posyandu setiap bulanya berubah-ubah dan tidak menentu di sebabkan kegiatan posyandu lansia mengikuti jadwal kegiatan di puskesmas. Dalam proses penyampaian jadwal posyandu lansia ke lansia di Desa Lakalamba, dilakukan melalui kunjungan langsung ke rumah-rumah lansia. Dimana kader posyandu, turun langsung untuk memberitahu jadwal posyandu lansia yang akan datang dan menjelaskan pentingnya kehadiran lansia dalam kegiatan posyandu lansia tersebut. Selain itu, media digital seperti grup WhatsApp,

facebook juga dimanfaatkan untuk menyebarkan informasi, memungkinkan lansia dan keluarganya untuk mendapatkan update terkini mengenai kegiatan posyandu lansia di Desa Lakalamba. Pengumuman jadwal posyandu lansia biasa dilakukan 2 atau 3 hari sebelum kegiatan posyandu dilakukan (Menurut kader posyandu lansia Desa Lakalamba).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat. Desa Lakalamba dipilih sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan bahwa di desa tersebut terdapat masyarakat lanjut usia (lansia) yang memiliki permasalahan dari segi kesehatan maupun sosial dan mengikuti kegiatan posyandu lansia guna meningkatkan kualitas hidup seperti kesehatan dan sosial mereka. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif kualitatif. Adapun yang menjadi informan dalam penelitian ini yaitu kepala desa Lakalamba, lansia, kader posyandu lansia, dan petugas kesehatan yang berasal dari puskesmas yang melakukan kegiatan posyandu di Desa Lakalamba. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dalam menentukan informan. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fungsi Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat

Program pelayanan posyandu lansia di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat telah berjalan sejak tahun 2019 sampai sekarang. Menurut Kusumawardani dan Andanawarih, (2018) kegiatan yang dilakukan di posyandu lansia meliputi penimbangan berat badan dan mengukur tinggi badan, lalu dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk mengetahui status gizi lansia. Pelayanan kesehatan dan memberikan penyuluhan tentang gizi, pola hidup sehat, dan kesehatan lansia. Adapun kegiatan posyandu lansia di Desa Lakalamba

Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat meliputi pemeriksaan kesehatan rutin dan pemberian dukungan emosional dan sosial.

1. Pemantauan Kesehatan

Pemantauan kesehatan merupakan bagian penting dalam pelayanan di posyandu lansia di Desa Lakalamba. Hal ini bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan lansia secara berkala dan mendeteksi perubahan atau masalah kesehatan yang mungkin timbul.

Melalui program posyandu lansia, lansia di Desa Lakalamba memeriksa kesehatan rutin seperti menimbang berat badan, mengukur lingkar pinggang, pengukuran tekanan darah, gula darah, dan kolesterol dilakukan secara berkala. Hal ini bertujuan untuk mendeteksi dini terhadap penyakit kronis yang sering dialami oleh para lansia. Dengan adanya pemantauan kesehatan yang konsisten ini, kondisi kesehatan lansia dapat dipantau dengan baik, mencegah komplikasi penyakit, serta meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

2. Edukasi Kesehatan

Edukasi kesehatan adalah bagian penting dari program yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman, pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menjaga kesehatan. Di posyandu, lansia Desa Lakalamba untuk mengedukasi para lansia diberikan pemahaman tentang pentingnya pola makan sehat, termasuk panduan memilih makanan bergizi seimbang yang kaya akan vitamin, mineral, dan serat. Mereka juga diajarkan pentingnya berolahraga secara teratur untuk menjaga kebugaran fisik dan mental, serta diberikan panduan tentang jenis-jenis olahraga yang sesuai untuk usia mereka.

Posyandu lansia di Desa Lakalamba tidak hanya fokus pada pemeriksaan kesehatan, tetapi juga memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan, olahraga ringan dan pengelolaan emosi. Melalui kegiatan ini, lansia dibimbing untuk menjaga keseimbangan fisik dan mental, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi risiko penyakit.

3. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu fungsi penting dari posyandu lansia yang bertujuan untuk memberikan rasa kebersamaan, perhatian, dan kepedulian

kepada para lansia. Fungsi ini berperan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung secara emosional dan sosial bagi para lanjut usia, sehingga mereka merasa lebih terhubung dengan komunitas dan tidak merasa kesepian atau terisolasi.

Di posyandu lansia, Desa Lakalamba dukungan sosial diberikan melalui berbagai kegiatan yang melibatkan interaksi sosial antar lansia. Kegiatan-kegiatan ini termasuk pertemuan rutin, dan kelompok diskusi di saat kegiatan posyandu dilakukan. Melalui aktivitas-aktivitas ini, para lansia memiliki kesempatan untuk bertemu, berbincang, dan berbagi pengalaman dengan sesama lansia, yang dapat meningkatkan rasa kebersamaan dan solidaritas di antara mereka.

Selain itu, posyandu lansia di Desa Lakalamba juga sering kali melibatkan keluarga dan masyarakat dalam memberikan dukungan sosial. Keluarga lansia diajak untuk ikut serta dalam kegiatan posyandu, sehingga tercipta hubungan yang lebih erat antara generasi dan meningkatkan dukungan keluarga terhadap lansia.

Dukungan sosial yang diberikan oleh posyandu lansia tidak hanya berfokus pada interaksi sosial, tetapi juga mencakup dukungan emosional. Para lansia didorong untuk saling memberikan dukungan moral dan emosional, serta berbagi masalah atau kekhawatiran yang mereka alami. Hal ini membantu mereka merasa lebih dihargai, diperhatikan, dan dapat mengurangi tingkat stres atau kecemasan yang mungkin mereka rasakan.

posyandu lansia di Desa Lakalamba memberikan dukungan sosial yang signifikan bagi para lansia. Kegiatan rutin seperti pertemuan dan diskusi membantu mereka merasa lebih didukung dan diperhatikan, serta memberikan kesempatan untuk berkumpul dan berbagi cerita dengan teman-teman seusia, yang mengurangi perasaan kesepian. Selain itu, keterlibatan keluarga dalam kegiatan posyandu memperkuat dukungan yang diterima oleh para lansia, membuat mereka merasa lebih dihargai dan tenang. Dukungan ini mencakup bantuan dalam menghadapi masalah dan perasaan cemas, yang pada akhirnya meningkatkan kebahagiaan dan kualitas hidup mereka.

4. Pemberian Bantuan dan Layanan

Pemberian bantuan dan layanan Desa lakalamba merupakan salah satu fungsi kunci dari posyandu lansia yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dasar dan memberikan akses ke layanan kesehatan yang diperlukan oleh para lansia. Pertama, posyandu lansia di Desa Laklamba menyediakan layanan pengobatan dasar. Layanan ini meliputi pemeriksaan kesehatan rutin, seperti pengecekan tekanan darah, kadar gula darah, dan kolesterol. Selain itu, posyandu ini juga menyediakan obat-obatan dasar yang diperlukan untuk mengatasi keluhan kesehatan umum yang sering dialami oleh lansia.

Selain itu, posyandu lansia Desa Lakalamba juga membantu menghubungkan para lansia dengan layanan kesehatan dan sosial lainnya yang mungkin mereka butuhkan. Seperti, posyandu dapat merujuk lansia ke fasilitas kesehatan yang lebih lengkap jika diperlukan, atau membantu mengakses program bantuan sosial dari pemerintah.

Posyandu lansia di Desa Lakalamba juga menyediakan bantuan dan layanan berupa pemeriksaan kesehatan, dan juga pemberian obat-obatan guna memastikan bahwa para lansia mendapatkan perawatan dan dukungan yang mereka butuhkan untuk menjalani kehidupan dengan lebih sehat dan sejahtera. Fungsi ini membantu mengurangi beban kesehatan dan finansial yang mungkin dihadapi oleh para lansia dan keluarga mereka, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Manfaat Program Posyandu Lansia Bagi Lanjut Usia Setelah Mengikuti Posyandu Lansia Di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat

Program posyandu lansia memberikan sebuah manfaat signifikan kepada masyarakat lanjut usia baik dari segi kesehatan dan juga segi psikologis. Secara fisik, lansia di Desa Lakalamba mengalami penurunan kekuatan otot dan fleksibilitas sendi, gangguan penglihatan, pendengaran, dan penyakit hipertensi, asam urat, kolesterol, gula darah, sakit lutut, yang membatasi mobilitas dan kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Dari segi psikologis, lansia di Desa Lakalamba sering menghadapi tantangan seperti depresi, kecemasan, kesepian, kehilangan pasangan hidup atau

teman sebaya, dan penurunan kemampuan fisik. Secara sosial, lansia di Desa Lakalamba mengalami perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat. Dimana beralih dari peran sebagai pencari nafkah atau pengasuh menjadi individu yang membutuhkan perawatan dan dukungan, yang dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan keluarga dan perasaan kehilangan identitas.

Salah satu upaya yang telah dilakukan adalah pendirian posyandu lansia, yang merupakan sarana untuk memberikan layanan kesehatan dan sosial kepada lanjut usia di tingkat desa atau kelurahan agar mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dengan baik (Maryuni dan Yana, 2022). Salahsatunya yaitu posyandu lansia Desa lakalmba. Adapun manfaat yang di dapat oleh lansia ketika mengikuti posyandu lansia meliputi:

1. Kesehatan

Kesehatan fisik adalah keadaan baik di mana seseorang bebas dari penyakit pada seluruh tubuh dan bagian-bagian lainnya. Kesehatan fisik dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk melakukan aktivitas. Aktivitas ini memberikan pengalaman baru yang penting bagi perkembangan tahap selanjutnya.

Saat penelitian, ditemukan bahwa kondisi kesehatan lansia sebelum dan sesudah mengikuti posyandu lansia mengalami perubahan di mana sebelum mengikuti posyandu lansia mengalami penurunan kekuatan otot dan fleksibilitas sendi, gangguan penglihatan, pendengaran, dan penyakit hipertensi, asam urat, kolesterol, gula darah, sakit lutut, yang membatasi mobilitas dan kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Akan tetapi setelah mengikuti posyandu lansia kondisi kesehatan lansia mengalami perubahan .

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa kondisi kesehatan lansia yang iku posyandu lansia mengalami perubahan dibandingkan dengan sebelum mengikuti kegiatan posyandu. Meskipun perubahan yang dialami para lansia tidak sepenuhnya pulih, akan tetapi mampu menangani dan mencegah beberapa penyakit yang di alami oleh para lansia.

2. Psikologis

Selain darisegi kesehatan manfaat yang di dapat dari mengikuti kegiatan posyandu lansia juga mampu memberikan manfaat psikologis yang signifikan bagi

para lanjut usia. Pertama kegiatan posyandu di Desa Lakalamba menyediakan lingkungan sosial yang mendukung, di mana para lansia dapat bertemu, berinteraksi, dan berbagi pengalaman dengan sesama lansia. Interaksi sosial ini membantu mengurangi rasa kesepian dan isolasi yang sering dialami oleh para lansia. Merasa terhubung dengan orang lain dan menjadi bagian dari komunitas yang peduli dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan emosional mereka. Kedua, dukungan emosional yang diberikan melalui kegiatan posyandu lansia juga membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan. Para lansia memiliki kesempatan untuk berbicara tentang perasaan dan masalah yang mereka hadapi, serta mendapatkan dukungan dan saran dari teman sebaya dan petugas posyandu.

Program ini tidak hanya membantu mengurangi rasa kesepian dan isolasi, tetapi juga memberikan dukungan emosional yang penting, mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan mental para lansia. Dengan demikian, posyandu lansia berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup para lanjut usia di Desa Lakalamba.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa posyandu lansia di Desa Lakalamba memiliki fungsi yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup para lanjut usia. Adapun fungsi posyandu lansia meliputi ,Posyandu lansia di Desa Lakalamba yaitu memberikan layanan pemantauan kesehatan secara rutin, seperti pemeriksaan tekanan darah dan distribusi obat-obatan dasar. Selain itu manfaat yang di dapat dari program posyandu lansia bagi lanjut usia setelah mengikuti posyandu lansia di desa lakalamba kecamatan sawerigadi kabupaten muna barat meliputi: kesehatan lansia yang mengalami perubahan dibandingkan dengan sebelum mengikuti kegiatan posyandu. Meskipun perubahan yang dialami para lansia tidak sepenuhnya pulih, akan tetapi mampu menangani dan mencegah beberapa penyakit komplikasi yang mungkin akan terjadi,Kesejahteraan Psikologis, lansia yang aktif mengikuti posyandu mengalami penurunan rasa kesepian dan isolasi, serta peningkatan kebahagiaan dan kesejahteraan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Kusumawardani, D., & Andanawarih, P. (2018). Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesehatan Lansia Di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1), 273–277. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.748>
- Maryuni, I., & Yana, R. H. (2022). Peran Posyandu Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Sosial Lansia di Desa Babul Makmur Kabupaten Simeulue. *COMSERVA Indonesian Jurnal of Community Services and Development*, 1(11), 880–887. <https://doi.org/10.36418/comserva.v1i11.171>
- Munaida, A. (2022). Peran Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Watu Kecamatan Marioriwawo Kabupaten Soppeng. *UIN Alauddin Makassar*, 1–97.
- Ningsih, E. S., Aisyah, S., Rohmah, E. N., & Sandana, K. N. S. (2022). Peningkatan Peran Kader Dalam Posyandu Lansia. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(1), 191–197.
- Sugiyono. (2014). *Buku Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jawa Timur: Penerbit Kbm Indonesia.