

## POS DILAN (POSYANDU PEDULI LANSIA) DI DESA SUNGAI BEMBAN KEC. KUBU KABUPATEN KUBU RAYA

Eka Riana<sup>1\*</sup>, Daevi Khairunisa<sup>1</sup>, Galuh Maharani<sup>1</sup>, Fara Oktarini<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik 'Aisyiyah Pontianak

### Article Info:

Received: 2024-05-21

Revised: 2024-06-26

Accepted: 2024-07-15

### Keywords:

Posyandu

Lansia

Pengabdian

### \*Corresponding author:

[eka.riana@polita.ac.id](mailto:eka.riana@polita.ac.id)

**ABSTRAK** Posyandu lansia merupakan tempat pelayanan kesehatan untuk masyarakat usia lanjut (usila) di suatu wilayah tertentu. Posyandu lansia menurut UU No. 13 tahun 1998 merupakan wadah pelayanan kepada lansia di masyarakat yang menitikberatkan pelayanan kesehatan, psikologis, rohani, pemenuhan gizi agar lansia dapat memenuhi kebutuhannya dan kesejahteraan sosial yang memadai. Namun pemanfaatan posyandu lansia masih sangat jauh dari target yaitu sebesar 90%. Tujuan: Membantu masyarakat Desa Sungai Bemban khususnya Lansia Dusun Karya Baru Desa Sungai Bemban. Metode: Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di desa sungai bemban kecamatan kubu kabupaten kubu raya pada tanggal 19-20 september 2021. Sasaran ialah lansia. Kegiatan yang dilaksanakan adalah pemeriksaan kesehatan dan senam lansia. Hasil: Terdapat 18 lansia yang mengikuti kegiatan pos dilan ini dengan Sebagian besar (72% ) mengalami tekanan darah tinggi, Kolesterol (44%), Gula darah (33%) Kesimpulan: kegiatan Posyandu Dilan berlangsung lancar, peserta terlihat antusias untuk mengikuti posyandu, serta kader yang mengayomi, sedangkan sebagian besar lansia yang tidak hadir dikarenakan lokasi pemeriksaan yang cukup jauh dari rumah para lansia.

**ABSTRACT** Posyandu for the elderly is a place of health services for elderly people (usila) in a certain area. Posyandu for the elderly according to Law no. 13 of 1998 is a forum for services to the elderly in society which focuses on health, psychological and spiritual services, fulfilling nutrition so that the elderly can meet their needs and have adequate social welfare. However, the utilization of posyandu for the elderly is still very far from the target of 90%. Objective: Helping the people of Sungai Bemban Village, especially the elderly of Karya Baru Hamlet, Sungai Bemban Village. Method: This community service was carried out in Sungai Bemban village, Kubu sub-district, Kubu Raya regency on 19-20 September 2021. The target was the elderly. The activities carried out were health checks and elderly exercise. Results: There were 18 elderly people who took part in this pos dilan activity with the majority (72%) experiencing high blood pressure, cholesterol (44%), blood sugar (33%). Conclusion: Dilan Posyandu activities went smoothly, the participants looked enthusiastic about taking part in the posyandu, as well as the cadres who provided support, while most of the elderly did not attend because the examination location was quite far from the elderly's homes.

## PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, berdasarkan UU No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia. Secara global populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan. Populasi di Indonesia di prediksi meningkat lebih tinggi dari populasi lansia di dunia setelah tahun 2100. Diperkirakan pada tahun 2020 jumlah lansia Indonesia akan mencapai

28,8 juta orang atau 11,34 persen. Seiring dengan peningkatan usia, tidak jarang di ikuti dengan penurunan kemampuan fisik sehingga keluhan kesehatan sering dirasakan oleh lansia. Kondisi ini yang mendasari anggapan bahwa lansia bergantung kepada bagian penduduk yang lain, terutama pada pemenuhan kebutuhan hidupnya. Selain itu, keberadaan lansia juga di kaitkan dengan perhitungan rasio ketergantungan, yang merupakan perbandingan antara penduduk usia produktif dengan penduduk usia non produktif termasuk di dalamnya adalah lansia (1).

Posyandu lansia merupakan tempat pelayanan kesehatan untuk masyarakat usia lanjut (usila) di suatu wilayah tertentu. Posyandu lansia menurut UU No. 13 tahun 1998 merupakan wadah pelayanan kepada lansia di masyarakat yang menitikberatkan pelayanan kesehatan, psikologis, rohani, pemenuhan gizi agar lansia dapat memenuhi kebutuhannya dan kesejahteraan sosial yang memadai (2). Namun pemanfaatan posyandu lansia masih sangat jauh dari target yaitu sebesar 90%. Beberapa penelitian menyatakan bahwa pemanfaatan posyandu lansia masih dibawah 65% dengan persentase terendah yaitu 13,2%. Pemanfaatan Posyandu Lansia bertujuan agar kesehatan lansia dapat terpelihara dan terpantau secara optimal. Bagi lansia yang tidak aktif memanfaatkan pelayanan kesehatan di posyandu lansia, maka kondisi kesehatan mereka tidak dapat terpantau dengan baik, sehingga apabila mengalami suatu resiko penyakit akibat penurunan kondisi tubuh dan proses penuaan dikhawatirkan dapat berakibat fatal dan mengancam jiwa mereka (3).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di desa sungai bemban bahwa Dusun Karya Baru mayoritas (>40%) masyarakatnya merupakan lansia dan memiliki penyakit degenerative yang tidak terobati sehingga menyebabkan lansia di dusun tersebut tidak produktif. Adapun tujuan dari penelitian ini ialah membantu masyarakat Desa Sungai Bemban khususnya Lansia Dusun Karya Baru Desa Sungai Bemban.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di Dusun Karya baru desa sungai bemban kecamatan kubu kabupaten kubu raya. Waktu pelaksanaan tanggal 19-20 September 2021. Adapun sasaran kegiatan ini ialah seluruh lansia di desa sungai bemban. Adapun tahapan pelaksanaan sebagai berikut:

1. **Persiapan**

Dilakukan survey lokasi pada tanggal 2 september sekaligus menjalin kerja sama mitra setempat untuk pelaksanaan program.

2. **Pelaksanaan Kegiatan**

- a. **Pemeriksaan kesehatan Lansia**

Dilaksanakan pemeriksaan kesehatan lansia meliputi pemeriksaan tekanan darah, kolesterol dan gula darah tanggal 19 september 2021.

- b. **Senam lansia**

Dilakukan senam lansia oleh peserta dan tim peneliti tanggal 20 september 2021.

Adapun peralatan yang digunakan ialah set pemeriksaan kesehatan lansia, LCD, laptop, *sound system* dan mikrofon.

## HASIL

Posyandu Dilan yaitu Posyandu Peduli Lansia di lakukan pada tanggal 19-21 september 2021 pukul 07:00 wib- selesai di lakukan pemeriksaan kesehatan dan pelaksanaan senam lansia. Pada kegiatan Posyandu Dilan ini di hadiri oleh 18 lansia, mengikuti senam lansia dan pemeriksaan kesehatan yaitu pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan asam urat dan gula darah. Banyak lansia yang tidak hadir karena lokasi pemeriksaan yang cukup jauh dari rumah para lansia.

**Tabel 1.** Hasil Pemeriksaan Darah

<b>Jenis Pemeriksaan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Gula darah:		
Tinggi	6	33%
Normal	12	67%
Kolesterol :		
Tinggi	8	44%
Normal	10	56%
Tekanan Darah:		
Tinggi	13	72%
Normal	5	28%



**Gambar 1.** Pemeriksaan Darah pada Lansia

## **PEMBAHASAN**

Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, berdasarkan UU No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia. Secara global populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan. Populasi di Indonesia di prediksi meningkat lebih tinggi dari populasi lansia di dunia setelah tahun 2100. Diperkirakan pada tahun 2020 jumlah lansia Indonesia akan mencapai 28,8 juta orang atau 11,34 persen. Seiring dengan peningkatan usia, tidak jarang di ikuti dengan penurunan kemampuan fisik sehingga keluhan kesehatan sering dirasakan oleh lansia. Kondisi ini yang mendasari anggapan bahwa lansia bergantung kepada bagian penduduk yang lain, terutama pada pemenuhan kebutuhan hidupnya. Selain itu, keberadaan lansia juga di kaitkan dengan perhitungan rasio ketergantungan, yang merupakan perbandingan antara penduduk usia produktif dengan penduduk usia non produktif termasuk di dalamnya adalah lansia (1).

Lansia merupakan salah satu kelompok berisiko (Population risk) yang semakin meningkat jumlahnya. Adapun resiko stress akibat perilaku dan gaya hidup serta penurunan pendapatan akibat pension ialah yang sering dialami oleh lansia (4). Posyandu lansia ialah tempat pelayanan kesehatan lanjut usia yang di peruntukkan untuk masyarakat di suatu wilayah tertentu. Namun pada kenyataannya pemanfaatan posyandu lansia masih kurang dari 65% (3).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa 33% lansia mengalami gula darah yang tinggi, 44% menderita kolesterol dan 72% menderita tekanan darah tinggi. Penyakit lanjut usia yang sering muncul diantaranya hipertensi, kolesterol, stroke, anemia, diabetes mellitus dan gastritis (5). Ada banyak penyebab misalnya hipertensi, merupakan manifestasi gangguan keseimbangan hemodinamik system kardiovaskular yang mana patofisiologinya tida bisa diterangkan dengan hanya satu mekanisme tunggal.

Sedangkan pada pelaksanaan senam lansia, seluruh lansia yang hadir sangat antusias mengikuti senam tersebut. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (6) pelaksanaan senam dapat meningkatkan kualitas hidup lansia

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan Posyandu Dilan berlangsung lancar, peserta terlihat antusias untuk mengikuti posyandu, serta kader yang mengayomi, sedangkan sebagian besar lansia yang tidak hadir dikarenakan lokasi pemeriksaan yang cukup jauh dari rumah para lansia. Kegiatan Posyandu Dilan di Poskesdes Bemban Barat, Dusun Karya Baru, Desa Sungai Bemban diharapkan terus aktif sebagaimana fungsinya sebagai sarana pelayanan kesehatan dasar dapat dimanfaatkan oleh lansia.

## **REFERENSI**

1. Utomo AS. Status Kesehatan Lansia Berdaya Guna. Surabaya: Media Sahabat Cendekia; 2019.
2. Ilyas ANK. Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Sejahtera Kelurahan Pasirmuncang. J Eksistensi Pendidik Luar Sekol.

- 2017;2(2).
3. Yuniati Faiza DY. Pemanfaatan Posyandu Lanjut Usia. *J Kesehat Politek Kesehat Palembang* [Internet]. 2014;1:30–3. Available from: <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/JPP/article/download/170/133>
  4. Kiik SM, Sahar J, Permatasari H. Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *J Keperawatan Indones*. 2018;21(2):109–16.
  5. Kementrian Kesehatan RI. Pemeriksaan Kesehatan Pada Lansia Di Dusun Ringinsari Bokoharjo Prambanan Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. *Profil Kesehat Indones 2017 Jakarta* [Internet]. 2018;1(2):57–63. Available from: <http://jurnal.poltekkeskhjogja.ac.id/index.php/jpmkh/article/download/267/169>
  6. Dewi ER, Falentina Tarigan E, Azizah N, Tambun M, Septriyana T, Nancy Sinaga W. Pelaksanaan Senam Lansia Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Lansia. *Pros Konf Nas Pengabdi Kpd Masy dan Corp Soc Responsib*. 2021;4:440–4.