

IBM PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN KADER POSYANDU LANSIA DI DUSUN MUDAL SARIHARJO NGAGLIK SLEMAN

**Istri Utami, Agustin Endriyani
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
utamibidan6@gmail.com, endrisantosa@gmail.com**

ABSTRACT

Efforts to reduce morbidity in the elderly are preventive and promotive efforts that excite the spirit of life for old age to keep them extra and remain useful for themselves, family and society. Medical examination with elderly patients on the disease. Many problems such as diabetes, blood pressure, cholesterol are routinely detected during medical examinations. A medical examination with an elderly patient is the best time to advise on managing stress, quitting smoking and weight loss.

Posyandu elderly is a strategic step in the development of quality human resources in order to help and help yourself. Methods performed on community service is by making posyandu elderly and training cadres in the management of posyandu elderly.

The purpose of the training program and facilitation of elderly posyandu cadres is to provide knowledge and skills to the posyandu cadres so that the active cadres do motivate the community to attend the posyandu elderly event. The activities that have been done are the media that have been prepared (leaflet and material), conducting the training of cadres, accompanying cadres in motivation to the community, providing health equipment for implementing posyandu elderly.

The target and outcome is the realization of healthy and prosperous elderly society, the establishment of elderly posyandu cadres are protected, safe health degree for the elderly, the implementation of posyandu elderly program regularly once a month and the implementation of counseling thoroughly related to the health of the elderly. Disengagement activities from this activity, health cadres continue to be motivated to the community to always participate in activities posyandu elderly.

***Keywords:** cadres, elderly posyandu, elderly health*

Pendahuluan

Berdasarkan hasil studi pendahuluan bahwa keadaan geografis dari wilayah Sariharjo merupakan daerah yang tergolong masuk di dalam wilayah kabupaten Sleman. Dimana warga daerah Sleman masih banyak masyarakat yang usia harapan hidupnya panjang. Sekitar 45 % masyarakat di daerah Sariharjo ini mempunyai usia diatas 55 tahun keatas. Artinya masyarakat di daerah Sariharjo masih banyak yang usia lanjut usia. Pada usia ini masyarakat di daerah tersebut masih jarang yang mendatangi posyandu lansia untuk memeriksakan diri akan kesehatannya. Dari segi derajat kesehatan masyarakat dengan usia lansia ini masih kompleks. Berdasarkan hasil wawancara dari 4 kader posyandu lansia yang ada di wilayah Mudal Sariharjo Ngaglik Sleman menyatakan bahwa posyandu lansia sudah terbentuk sejak

lama tetapi pemanfaatannya masih kurang, dimana masyarakat masih jarang yang mengunjungi posyandu untuk memeriksakan kesehatannya.

Kabupaten Sleman Umur Harapan Hidup (UHH) rata-rata dari penduduknya tertinggi di Indonesia. Menurut BPS 2010 UHH penduduk di Kabupaten Sleman mencapai 75,1 tahun, sedangkan UHH di tingkat Provinsi DIY adalah 73,2 tahun. Adapun jumlah penduduk pra usia lanjut (45-59 tahun) sejumlah 53.146 jiwa dan penduduk lansia (> 60 tahun) ada 55.967 jiwa, dari total penduduk 1.090.567 jiwa. Jumlah penduduk lansia yang banyak ini perlu perhatian serius di bidang kesehatan agar tidak menjadi beban dengan program promotif preventif (Dinas Kesehatan Sleman, 2015).

Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menjelaskan bahwa lanjut usia mempunyai hak untuk meningkatkan kesejahteraan yang meliputi pelayanan keagamaan dan mental spiritual, pelayanan kesehatan, pelayanan kesempatan kerja, pelayanan pendidikan dan pelatihan, kemudahan dalam penggunaan fasilitas, sarana, dan prasarana umum, kemudahan dalam layanan dan bantuan hukum, perlindungan social, bantuan sosial. Salah satu upaya kesehatan untuk menurunkan angka kesakitan pada lansia adalah upaya preventif dan promotive yaitu menggairahkan semangat hidup bagi usia lanjut agar mereka tetap dihargai dan tetap berguna baik bagi dirinya sendiri, keluarga maupun masyarakat. Upaya promotif dapat berupa kegiatan penyuluhan, senam lansia dan pemeriksaan kesehatan (Jasmika, 2012)

Posyandu lansia merupakan langkah yang cukup strategis dalam rangka pengembangan kualitas sumber daya manusia bangsa Indonesia agar dapat membantu dan menolong dirinya sendiri, sehingga perlu ditingkatkan pembinaannya. Posyandu lansia merupakan salah satu upaya pelayanan kesehatan yang dikelola oleh masyarakat dengan dukungan teknis petugas Puskesmas. Posyandu lansia juga merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial dalam penyelenggaraannya (Sari,2011).

Tujuan pembentukan posyandu lansia secara garis besar antara lain meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan lansia di masyarakat, sehingga terbentuk pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia, Mendekatkan pelayanan dan meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan disamping meningkatkan komunikasi antara masyarakat usia lanjut. Sasaran langsung posyandu lansia adalah kelompok pra usia lanjut (45-59 tahun), kelompok usia lanjut (60 tahun

keatas)Kelompok usia lanjut dengan resiko tinggi (70 tahun ke atas).

Dalam pemeriksaan kesehatan pada orang lanjut usia ini bias berupa pengecekan tekanan darah, pemeriksaan laboratorium gula darah, asam urat dan kolesterol. Pemeriksaan ini di lakukan secara rutin apabila lansia telah terdeteksi penyakit tertentu. Kegiatan lain yang dapat dilakukan sesuai kebutuhan dan kondisi setempat seperti Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan memperhatikan aspek kesehatan dan gizi lanjut usia dan kegiatan olah raga seperti senam lanjut usia, gerak jalan santai untuk meningkatkan kebugaran (Angga,2010). Atas dasar pemikiran itu maka upaya untuk meningkatkan kesehatan lansia menjadi sangat penting dengan upaya pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas.

Upaya pengabdian masyarakat untuk meningkatkan kesehatan pada lansia dengan melakukan pelatihan dan pendampingan kader posyandu Lansia dengan melakukan pemeriksaan kesehatan ini tujuannya dapat memantau kondisi fisik maupun mental lansia serta meminimalisasikan keluhan-keluhan yang dirasakan oleh lansia. Selain itu dapat menghasilkan luaran yang positif. Luaran tersebut berupa penerapan 5 meja dalam posyandu lansia dapat berjalan dengan baik sehingga akan meningkatkan kesadaran dari para lansia untuk bersama-sama meningkatkan derajat kesehatan melalui pemeriksaan kesehatan. Sehingga terciptanya peningkatan derajat kesehatan lansia.

Metode Pelaksanaan

Strategi untuk menyelesaikan permasalahan tersebut adalah melakukan pelatihan dan penyuluhan posyandu lansia kepada masyarakat Dusun Mudal. Kader posyandu lansia adalah tenaga yang berasal dari masyarakat, dipilih oleh masyarakat itu sendiri dan bekerja secara sukarela untuk menjadi penyelenggara kegiatan pemberdayaan masyarakat dibidang kesehatan (Tjahyowati,dkk 1997). Kegiatan yang dilaksanakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah membuat media

promosi kesehatan seperti leaflet dan materi tentang kesehatan lansia, koordinasi dengan padukuhan dan masyarakat, koordinasi dengan kader kesehatan, mengadakan pelatihan dan penyuluhan kepada kader posyandu lansia, mendampingi kader posyandu lansia dalam melaksanakan kegiatan posyandu lansia, memantau kader posyandu lansia dalam melakukan pemeriksaan kesehatan kepada para masyarakat yang hadir dalam posyandu lansia, memberikan peralatan kesehatan kepada posyandu lansia untuk menunjang dalam melakukan pelaksanaan posyandu lansia, menyusun laporan hasil IbM dan mempublikasikan dalam kegiatan Ilmiah.

Metode pelaksanaan kegiatan menjelaskan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan yang dilakukan adalah rekrutmen, pelatihan, pendampingan dan memberikan pendidikan untuk kader dan mitra. Langkah-langkah yang dilakukan adalah:

1. Rekrutmen atau pembentukan kader kesehatan
2. Pelatihan pemeriksaan kesehatan seperti pemeriksaan fisik, pemeriksaan lab (asam urat, gula darah, kolesterol)
3. Pelatihan dan pelaksanaan senam lansia
4. Bekerjasama dengan Ibu RT, RW dan dukuh untuk mengadakan pertemuan dengan kader posyandu setempat untuk melihat gambaran konkret.
5. Melakukan pendampingan secara langsung dengan ibu-ibu kader posyandu lansia.
6. Pelaksanaan kegiatan pemeriksaan kesehatan..
7. Mengoptimalkan kader posyandu lansia untuk memberikan informasi kepada warganya agar mengunjungi posyandu lansia untuk memantau kesehatan lansia.
8. Mengadakan penyuluhan secara menyeluruh berkaitan dengan kesehatan lansia dan pentingnya program posyandu lansia sebagai penutup.

Strategi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Persiapan

Pada tahap ini, diadakan pertemuan dengan ibu dukuh dan kader posyandu lansia. Kader posyandu lansia dilatih untuk melakukan administrasi kesehatan dan penyuluhan terkait kesehatan lansia. kader posyandu diharapkan dapat mensosialisasikan kegiatan posyandu lansia kepada warga disekitarnya. Program yang akan dilakukan adalah :

- Kegiatan,
 - Penyiapan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk mendukung berjalannya pengabdian masyarakat.
 - Publikasi agar kader posyandu mengetahui kegiatan yang akan dilakukan.
 - Persiapan doorprize yang akan dibagikan saat ada pertanyaan.
2. Pelaksanaan:
 - a. Rapat Koordinasi dengan ibu dukuh dan koordinator kader posyandu lansia.
 - b. Rekrutmen ibu kader posyandu lansia.
 - c. Pelaksanaan Pelatihan
 - d. Pendampingan pelaksanaan posyandu lansia dan kegiatan pemeriksaan kesehatan.
 - e. Penyuluhan
 - f. Monitoring
 - g. Evaluasi
 3. Evaluasi
Melakukan pemantauan/followup terkait dengan pelaksanaan posyandu lansia yaitu melakukan pemantauan kader dalam melakukan pemeriksaan kesehatan yaitu menggunakan alat tensi meter, keterampilan para kader dalam melakukan penyuluhan kepada para lansia dan peran kadaer dalam melaksanakan 5 meja yang ada di posyandu lansia.

Faktor pendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

- a. Masyarakat sangat antusias dan mendukung program ini
- b. Para kader sangat bersemangat untuk mengikuti pelatihan pada pengabdian masyarakat ini

- c. Penyuluhan tentang kesehatan pada lansia dan pelatihan posyandu lansia merupakan hal baru bagi masyarakat dan kader karena sebelumnya mereka belum pernah mendapatkan penyuluhan seperti ini.
- d. Pihak dari ibu dukuh sangat senang sekali akan diadakannya penyuluhan tentang kesehatan pada lansia dan pelatihan posyandu lansia sehingga menambah pengetahuan dari masyarakat dan kader terampil dalam melakukan pemeriksaan kesehatan.
- e. Peralatan dan media yang kami siapkan dengan lengkap dalam pelaksanaan penyuluhan membuat kegiatan ini berjalan dengan sangat lancar.
- f. Pemateri yang memang sudah berpengalaman dalam bidangnya saat menyampaikan materi penyuluhan membuat masyarakat dan kader sangat paham dengan materi yang disampaikan.
- g. Para kader posyandu lansia yang sudah dibentuk berkomitmen untuk menjalankan posyandu lansia secara berkesinambungan dan menjadi posyandu lansia percontohan.

Kendala yang dihadapi :

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini hanya mengalami kendala pada sarana saja tetapi hal ini bisa diatasi sehingga tidak mengganggu proses jalannya pengabdian masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sesuai dengan solusi yang ditawarkan, yaitu :

1. Kader paham terhadap materi yang diberikan saat pelatihan posyandu lansia
2. Kader dapat mengaplikasikan pelaksanaan posyandu lansia.
3. Kader mampu melakukan promosi kesehatan agar masyarakat tertarik untuk hadir pada acara posyandu lansia
4. Sudah terbentuk kader terlatih dalam posyandu lansia
5. Para kader berkomitmen untuk melaksanakan posyandu secara rutin.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan IbM pelatihan dan pendampingan kader posyandu lansia telah dilakukan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dengan melakukan pendampingan pada kader posyandu lansia. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan Mitra yaitu ibu dukuh Padukuhan Mudal Sleman untuk menghubungi koordinator dari kader yang akan dibentuk. Mempersiapkan perlengkapan pelatihan meliputi materi dan leaflet terkait kesehatan lansia dan posyandu lansia. Koordinasi dengan ibu dukuh untuk menentukan waktu dan tempat pelatihan.

Posyandu lansia merupakan langkah yang cukup strategis dalam rangka pengembangan kualitas sumber daya manusia bangsa Indonesia agar dapat membantu dan menolong dirinya sendiri, sehingga perlu ditingkatkan pembinaannya. Posyandu lansia merupakan salah satu upaya pelayanan kesehatan yang dikelola oleh masyarakat dengan dukungan teknis petugas Puskesmas. Posyandu lansia juga merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial dalam penyelenggaraannya (Sari,2011).

Tujuan pembentukan posyandu lansia secara garis besar antara lain meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan lansia di masyarakat, sehingga terbentuk pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia, Mendekatkan pelayanan dan meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan disamping meningkatkan komunikasi antara masyarakat usia lanjut. Sasaran langsung posyandu lansia adalah kelompok pra usia lanjut (45-59 tahun), kelompok usia lanjut (60 tahun keatas) kelompok usia lanjut dengan resiko tinggi (70 tahun ke atas).

Tahap pelaksanaan adalah pada tahap ini diawali rapat koordinasi dengan ibu dukuh dan koordinator kader posyandu. Diadakan rapat ini harapannya agar tujuan

No	Kegiatan	Hari, tanggal	Waktu	Tempat	Partisipasi Mitra
1	Koordinasi dengan dukuh	5 Januari 2017	08.00 s/d 09.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
2	Koordinasi waktu pelaksanaan dengan koordinator kader posyandu	15 Januari 2017	09.00 s/d 10.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
4	Pembentukan kader	20 Januari 2017	15.30 s/d 17.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
3	Pelaksanaan pelatihan dan penyuluhan	25 Januari 2017	15.30 s/d 17.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
4	Pendampingan posyandu lansia	21 Februari 2016	13.00 s/d 15.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
5	Evaluasi dan monitoring	21 Maret 2016	13.00 s/d 15.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
6	Evaluasi dan monitoring	21 April 2016	13.00 s/d 15.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif
7	Evaluasi dan monitoring	21 Mei 2016	13.00 s/d 15.00	Kediaman Ibu Dukuh	Aktif

dengan sasaran karena yang paham betul dengan karakteristik masyarakat adalah ibu dukuh dan koordinator posyandu. Setelah dilakukan koordinasi kemudian kami melakukan rekrutmen kader posyandu lansia sebagai pelaksana dan penanggung jawab terhadap pelaksanaan posyandu lansia. Kader lansia yang sudah terbentuk kami berikan pelatihan tentang posyandu lansia dan pemeriksaan kesehatan, selain itu kader juga kami berikan penyuluhan tentang kesehatan lansia. Selanjutnya kami melakukan pendampingan pelaksanaan posyandu lansia dan kegiatan pemeriksaan kesehatan.

Tahap pelaksanaan ketiga yaitu melakukan evaluasi apakah kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan baik atau tidak. Evaluasi yang kami lakukan dengan cara melakukan pemantauan/followup terkait dengan pelaksanaan posyandu lansia yaitu melakukan pemantauan kader dalam melakukan pemeriksaan kesehatan yaitu menggunakan alat tensi meter, keterampilan para kader dalam melakukan penyuluhan kepada para lansia dan peran kader dalam melaksanakan 5 meja yang ada di posyandu lansia. Selain itu kami juga melakukan evaluasi terhadap proses promosi kesehatan dan antusias masyarakat terhadap posyandu lansia. Evaluasi dan pendampingan terhadap pelaksanaan posyandu dilakukan selama 3 bulan yaitu bulan Maret, April dan Mei.

dari pengabdian masyarakat ini bisa sesuai

Kesimpulan

Pengabdian masyarakat pelatihan dan pendampingan posyandu lansia dapat disimpulkan bahwa:

- a. Pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa para ibu kader dan masyarakat sangat antusias dan senang diadakannya penyuluhan pelatihan dan penyuluhan kesehatan seperti ini
- b. Meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader dalam pelaksanaan posyandu lansia
- c. Pengabdian ini berjalan baik karena didukung oleh peserta yang sangat antusias serta perlengkapan dan media yang disediakan sangat maksima

d. Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, beberapa saran disampaikan kepada:

1. Kader

Bagi para kader untuk selalu bersemangat untuk mewujudkan posyandu yang sejahtera sehingga dapat terwujudnya masyarakat yang sehat .

2. Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya para lansia untuk selalu berpartisipasi dalam kegiatan lansia sehingga apa yang sudah dicita-citakan dalam pembentukan posyandu lansia dapat terwujud

3. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Sering mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat di masyarakat dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat sebagai upaya promotif maupun preventif.

Kelayakan Perguruan Tinggi (prestasi PT dalam meraih Hibah)

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta merupakan perguruan tinggi kesehatan swasta yang sudah terakreditasi B. Dalam rangka mengaplikasikan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi, maka dibentuk sebuah unit dengan nama LP3M (Lembaga Pengembangan, Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat). LP3M adalah unit yang mempunyai tugas mengkoordinir dan memantau pelaksanaan kegiatan pengembangan ilmu, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh semua prodi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Dalam kegiatannya tersebut LP3M menyelenggarakan kegiatan-kegiatan pengembangan ilmu melalui workshop maupun seminar dan forum-forum ilmiah yang berkaitan dengan penelitian dan pengabdian masyarakat, menyelenggarakan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat baik melalui sumber dana internal maupun eksternal.

Dalam tiga tahun terakhir, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta melalui LP3M telah berhasil memperoleh hibah penelitian dan pengabdian kepada masyarakat dari pihak eksternal.

Tabel 1 : Hibah penelitian dan pengabdian masyarakat

N o	Kegiat an	Jumlah judul	Total dana	Sumber dana
1	Hibah penelitian dosen pemul a	15 judul	Rp. 246.000.000	DIKTI
2	Hibah penelitian KOPE RTIS	5 Judul	Rp. 14.000.000	KOPER TIS
3	Hibah AINE C Awards	1 judul	Rp. 5.000.000	AIPNI

	(AIPN D)			
4	Hibah pengabdian Ipteks bagi Masyarakat (IbM)	5 judul	Rp. 196.000.000	DIKTI
5	Hibah BKKBN	5 kegiatan	Rp. 75.000.000	BKKBN

Daftar Pustaka

- Angga. 2010. Pemeriksaan Kesehatan Untuk Lansia.
<https://anggaway89.wordpress.com/2010/04/01/pemeriksaan-kesehatan-untuk-lansia/>. Diakses 23 Oktober 2015
- Dinas Kesehatan Sleman. 2015. Kesehatan Usia Lanjut.
<http://dinkes.slemankab.go.id/kesehatan-usia-lanjut>. Diakses 24 Oktober 2015
- Ismawati, Cahyo. 2010. Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) dan Desa Siaga. Mulia Medika : Yogyakarta
- Jasmika, S. 2012. Kebijakan Pemerintah Dalam Upaya Kesehatan Lansia.
<http://kebijakan-pemerintah-dalam-pelayanan.html>. Diakses 24 Oktober 2015
- Machfoedz, Irkham & Suryani, Eko. (2005). Pendidikan kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya.
- Sari, Y. 2011. Posyandu Lansia.
<http://posyandu.org/posyandu/posyandu-lansia/525-pengertian-posyandu-lansia.html>. Diakses 24 Oktober 2015