

Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Kesehatan bagi Lansia

Niken Dyahariesti¹, Richa Yuswastina², Ita Puji Lestari³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi: nikenariesti09@gmail.com

ABSTRAK

Kader posyandu merupakan relawan masyarakat yang memiliki peran penting dalam pelayanan Kesehatan bagi lansia di Posyandu lansia. Kader merupakan bagian dari kelompok agen perubahan yang mendukung program pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat lanjut usia. Kegiatan posyandu merupakan kegiatan yang bersifat promotif dan preventif yang memerlukan keterampilan kader Kesehatan dalam komunikasi, manajerial dan pelayanan di posyandu. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan ketrampilan kader posyandu dalam melakukan pelayanan di posyandu lansia. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pelatihan, workshop dan demonstrasi. Hasil kegiatan dilakukan pada tiga tahap, tahap pertama pelatihan pelayanan dasar yaitu teknik pengukuran tekanan darah dan antropometri, dilanjutkan pelatihan komunikasi efektif untuk berinteraksi dengan pasien posyandu lansia, kemudian peningkatan kapasitas kader dalam penyusunan menu PMT lansia. Hasil kegiatan diketahui terjadi peningkatan pengetahuan kader tentang kesehatan lansia dan kemampuan dalam melakukan prosedur pelayanan kesehatan dasar pada lansia yang datang ke posyandu yang awalnya 2 pengukuran menjadi 5 pengukuran. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini pemberdayaan kader posyandu lansia khususnya dalam keterampilan teknis dalam mengukur tekanan darah dan antropometri dalam mendeteksi dini risiko penyakit pada lansia dan keterampilan non teknis yaitu kemampuan komunikasi yang dapat meningkatkan motivasi dan edukasi kepada masyarakat lansia.

Kata Kunci: Posyandu, Lansia, Kader.

ABSTRACT

Posyandu cadres are community volunteers who have an important role in health services for the elderly at the elderly Posyandu. Cadres are part of a group of change agents who support government programs to improve the health status of the elderly. Posyandu activities are promotive and preventive activities that require the skills of health cadres in communication, managerial and service at the posyandu. The purpose of this activity is to improve the skills of posyandu cadres in providing services at the posyandu for the elderly. The methods used in this activity are training, workshops and demonstrations. The results of the activity were carried out in three stages, the first stage was basic service training, namely blood pressure measurement techniques and anthropometry, followed by effective communication training to interact with elderly posyandu patients, then increasing the capacity of cadres in preparing the elderly PMT menu. The results of the activity are known to have increased cadre knowledge about elderly health and the ability to carry out basic health service procedures for the elderly who come to the posyandu, from 2 measurements to 5 measurements. Through this community service activity, the empowerment of elderly posyandu cadres, especially in technical skills in measuring blood pressure and anthropometry in early detection of disease risk in the elderly and non-technical skills, namely communication skills that can increase motivation and education to the elderly community.

Keywords: Posyandu, Elderly, Cadres.

1. PENDAHULUAN

Pelayanan kesehatan adalah segala bentuk kegiatan dan atau serangkaian kegiatan pelayanan yang diberikan secara langsung kepada perseorangan atau masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk *promotive, preventif, kuratif, rehabilitative* dan/ ataupun *paliatif* (Kementerian Sekretaris Negara, 2023). Posyandu Lansia merupakan pos pelayanan terpadu yang ditujukan kepada masyarakat lanjut usia pada suatu

wilayah tertentu agar mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dengan baik (Ihamahu et al., 2022). Pelayanan kesehatan dapat dilakukan oleh suatu kelompok kesehatan (Pokjakes). Pokjakes Ngudi Rahayu merupakan Pokjakes yang membawahi Posyandu Balita Ngudi Waras dan Posyandu Lansia Ngudi Waras yang berada di RW 5 Banyumanik, Pudak Payung Semarang. Posyandu Lansia Ngudi Waras beranggotakan masyarakat lansia dan pralansia di sekitarnya. Keberadaan Posyandu Lansia sangat dirasakan manfaatnya bagi masyarakat untuk monitoring kesehatan.

Lansia merupakan salah satu faktor resiko kesehatan yang dapat memicu penyakit *degenerative* dan bersifat kronis serta multipatologis yang akan menyebabkan ketidakmampuan semakin meningkat (Taufik M, 2024) sehingga beresiko membutuhkan pengobatan jangka waktu lama. Dalam pelaksanaannya Posyandu Lansia tidak seperti Posyandu Balita yang sering mendapatkan perhatian dari sekitarnya seperti adanya bantuan finansial dan edukasi tentang PMT (Pemberian Makanan Tambahan). Kader Posyandu Lansia secara swadaya dan bantuan dari RT berjuang untuk kelancaran kegiatan yang ada. Kader merupakan masyarakat terpilih yang harus aktif dalam setiap kegiatan posyandu meskipun mereka harus bekerja secara sukarela (Afiatna et al., 2023).

Kader posyandu harus memiliki kompetensi mampu memahami pengelolaan posyandu, memahami tugas kader dalam penyelenggaraan posyandu, mampu memahami masalah kesehatan pada sasaran posyandu, mampu menggerakkan masyarakat, mampu melakukan lima langkah kegiatan di posyandu dan kegiatan pengembangannya, mampu melakukan penyuluhan, mampu melaksanakan pencatatan dan pelaporan Posyandu serta mampu Menyusun rencana tindak lanjut. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012). Kader posyandu lansia Ngudi Waras adalah ibu rumah tangga di sekitar posyandu yang tidak memiliki latar belakang kesehatan. Hasil penelitian mengatakan bahwa tingkat pengetahuan kader dan sarana kader harus memutar otak agar semua terlayani dengan baik. Keseriusan para kader untuk memberikan pelayanan maksimal dengan adanya antar jemput lansia yang tidak bisa datang sendiri ke Posyandu karena tidak ada keluarga yang mengantar ataupun ketidakmampuan lansia untuk mobilitasasi mandiri. Kegiatan posyandu lansia dilakukan satu bulan sekali dengan kegiatan: timbang badan, kadar gula, tekanan darah, kolesterol dan asam urat. Kegiatan dilakukan di pos tempat pertemuan warga. Setelah hasil pemeriksaan rutin, lansia kembali ke rumah masing-masing tanpa mendapatkan edukasi tentang penyakit dan pengobatannya. Dari kondisi diatas maka perlu adanya perbaikan manajemen kegiatan atau pelayanan umum kepada kader serta edukasi tentang pengelolaan obat kepada peserta posyandu lansia

2. PERMASALAHAN MITRA

Permasalahan prioritas kegiatan ini adalah yang pertama bidang peningkatan pelayanan yaitu manajemen pengelolaan kegiatan umum. Kegiatan umum yang dimaksud adalah pengelolaan Posyandu Lansia oleh kader kesehatan. Kader harus memiliki Tingkat kecakapan secara lisan dan praktek sebagai penggerak, pencatat, dan penyuluh sederhana penimbangan dan pengukuran, pencatatan, pelayanan kesehatan dan deteksi dini penyakit serta penyuluhan kesehatan mengenai paket layanan di Posyandu sesuai siklus hidup. Penyuluhan yang dimaksud adalah penyuluhan Germas (isi piringku, aktivitas fisik dan cek kesehatan), melakukan deteksi dini usia lansia dengan pengukuran lingkaran perut dan tekanan darah, melakukan deteksi dini lansia dengan kuesioner (kesehatan jiwa, geriatric dan diabetes). Apabila kader kesehatan memiliki ketrampilan tersebut, maka dapat mendukung integrasi layanan primer. Transformasi layanan primer bertujuan untuk mendekatkan upaya *promotive preventif* kepada masyarakat. Di era transformasi Kesehatan paket layanan hendaknya bisa berkontribusi terhadap pencegahan faktor resiko beban penyakit dan tersedia untuk seluruh siklus hidup. Pengelolaan Posyandu Lansia Ngudi Waras masih sangat sederhana mulai dari pendaftaran, pengukuran tekanan darah, timbang berat badan dan tinggi badan lalu pengisian data di lembar data pasien yang masih sederhana. Pelayanan kader kesehatan di Posyandu Lansia Ngudi Waras masih belum maksimal karena minimnya ketrampilan pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki para kader dan tidak tersedianya alat penunjang untuk melakukan kegiatan tersebut.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode pelatihan, workshop dan demonstrasi. Pelatihan revitalisasi manajemen pelayanan kesehatan berbasis masyarakat di Posyandu Lansia Ngudi Waras dibagi menjadi 2 garis besar. Pelatihan pertama

tentang manajemen pengelolaan kegiatan umum. Pelatihan dilakukan kepada kader kesehatan Posyandu Lansia Ngudi Waras Layanan posyandu sesuai dengan siklus hidupnya. Kader diberi pelatihan layanan apa saja yang harus ada di Posyandu Lansia. Kader diberikan pelatihan macam-macam pencatatan dan pelaporan yang harus dibuat. Macam pencatatan : buku tamu, buku program kerja, buku presensi, buku pemeriksaan, buku kegiatan, buku penyuluhan, buku rujukan, buku register, buku inventaris, buku PMT, buku kunjungan dan buku keuangan. Metode workshop yang dilakukan adalah mengenai penyusunan menu PMT untuk lansia , sehingga dapat memiliki varian menu setiap bulan nya. Metode Demonstrasi dilakukan untuk membekali kemampuan teknis kader dalam melakukan pengukuran parameter antropometri (BB, TB, LILA, Lingkar Perut, alternatif pengukuran BB dan TB pada kondisi khusus).

4. PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dari tahap analisis situasi ke Posyandu Lansia Ngudi Waras untuk melihat kendala apa yang dihadapi disana. Pada tahap ini tim melakukan wawancara dengan ketua pelaksana Posyandu Lansia Ngudi Waras dan tim mengamati proses pelayanan kesehatan disana. Dari hasil observasi ini tim dapat merumuskan kebutuhan apa saja yang diperlukan oleh mitra. Kader dalam mengelola kegiatan harus memiliki (a) ketrampilan pengelola posyandu meliputi menjelaskan paket layanan posyandu untuk siklus hidup yang sesuai, melakukan pencatatan dan pelaporan, melakukan kunjungan rumah, melakukan komunikasi efektif; (b) ketrampilan usia produktif dan lansia meliputi melakukan penyuluhan germas, menjelaskan penyakit terbanyak, melakukan deteksi dini usia produktif lansia dan pengukuran lingkar perut , tekanan darah (obesitas, hipertensi), melakukan deteksi dini usia produktif dan lansia dengan kuesioner(Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2023) . Pelaksanaan pengabdian masyarakat revitalisasi manajemen pelayanan berbasis masyarakat ini diawali dengan pelatihan layanan publik dilakukan kepada kader posyandu. Pelatihan tahap pertama ini terdiri dari 5 pokok bahasan yaitu : pelatihan inventaris data, alur pelayanan kesehatan , penyusunan instrumen posyandu, pengolahan PMT lansia dan pelatihan antropometri. Pelatihan inventaris data dibuat dalam bentuk buku pantauan kesehatan lanjut usia. Buku ini bertujuan untuk mempermudah monitoring dan dokumentasi Kesehatan lansia. Buku ini selalu dibawa lansia setiap kali ke posyandu atau ke fasilitas Kesehatan yang lain yang dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan pengobatan lansia. Pada kegiatan ini kader sangat antusias dalam mengisian buku pantauan lanjut usia , karena buku ini sangat membantu kader untuk pelaksanaan dokumentasi data ke sehatan lanjut usia.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi dan analisis situasi di Posyandu Lansia Ngudi Waras

Alur pelayanan kesehatan diberikan ke posyandu bertujuan untuk :

1. Peningkatan efisiensi seperti mengurangi waktu tunggu pasien meminimalkan kesalahan prosedur dan mengoptimalkan penggunaan sumber daya,
2. Peningkatan kepuasan pasien: memastikan pasien mendapatkan pelayanan yang cepat, tepat dan ramah sehingga meningkatkan kepuasan pasien terhadap layanan yang diberikan,
3. Pencegahan kesalahan medis : dengan adanya alur yang jelas, resiko terjadinya kesalahan medis dapat diminimalkan,
4. Peningkatan kordinasi antar petugas: memastikan semua petugas kesehatan berkerja sama dengan baik dalam memberikan pelayanan kepada pasien,
5. Kemudahan dalam evaluasi: memudahkan dalam melakukan evaluasi terhadap kinerja pelayanan kesehatan dan identifikasi area yang perlu evaluasi dan pertanggung jawaban.

Alur pelayanan dalam posyandu Ngudi Waras diberikan dalam bentuk papan informasi yang diletakkan di posyandu dengan sebelumnya kader diberikan pemahaman tentang alur pelayanan. Alur pelayanan ada 5 tahap :

- Tahap 1(kader): meliputi registrasi dan pemberian buku pantauan lanjut usia.
Tahap 2 (kader): wawancara, timbang badan, timbang berat badan (IMT), ukur lingkar perut, pengukuran tekanan darah, penilaian tingkat kemandirian.
Tahap 3 (petugas kesehatan dibantu kader) : pemeriksaan fisik, pemeriksaan status mental dan kognitif, penilaian resiko jatuh.
Tahap 4 (petugas kesehatan dibantu kader): pemeriksaan labolatorium sederhana (gula darah, kolesterol, asam urat).
Tahap 5 (petugas Kesehatan dibantu kader) : konseling, pencatatan hasil pelayanan, pemeriksaan PMT, Kegiatan lintas sektor.

Pengolaah Pemberian Makanan Tambahan (PMT) lansia disampaikan kepada kader kesehatan. PMT bagi lansia merupakan satu upaya untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Masalah gizi disebabkan oleh berbagai factor kekurangan asupan makanan bergizi dan atau seringnya terinfeksi penyakit menjadi salah satu penyebab langsung terjadinya masalah gizi (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).Nutrisi yang cukup sangat vital bagi lansia, mengingat seiring bertambahnya usia, kebutuhan nutrisi tubuh juga berubah dan seringkali menurun nafsu makan. PMT sangat penting untuk lansia karena dapat mencegah Malnutrisi, bahwa PMT membantu memenuhi kebutuhan nutrisi yang seringkali tidak tercukupi melalui makanan sehari-hari. Malnutrisi pada lansia dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti penurunan daya tahan tubuh, luka yang sulit sembuh, dan risiko penyakit kronis yang lebih tinggi. Selain itu dapat meningkatkan daya tahan tubuh dimana nutrisi yang cukup membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh lansia sehingga mereka lebih tahan terhadap penyakit infeksi.

Kandungan gizi yang dibutuhkan bagi lansia adalah karbohidrat dan serat yang cukup, cukup protein, membatasi lemak, mineral dan vitamin (Untari et al., 2016). PMT yang tepat dan sehat mampu mempercepat penyembuhan bahwa nutrisi yang baik sangat penting untuk proses penyembuhan luka dan jaringan tubuh yang rusak. PMT dapat membantu meningkatkan energi, memperbaiki suasana hati, dan meningkatkan kualitas tidur pada lansia. Adapun PMT sehat dapat Mencegah Sarkopenia: Sarkopenia adalah kondisi penurunan massa otot yang sering terjadi pada lansia. Protein yang cukup dalam PMT dapat membantu mencegah dan memperlambat proses sarkopenia. Untuk Kesehatan tulang mampu mencegah Osteoporosis dimana Kalsium dan vitamin D yang cukup dalam PMT penting untuk menjaga kesehatan tulang dan mencegah osteoporosis.

Status gizi merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia karena sangat mempengaruhi kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas (Amalia, 2019) Pengukuran status gizi bisa dilakukan dengan pengukuran antropometri. Pelatihan antropometri bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada peserta dalam melakukan pengukuran tubuh secara ilmiah. Pengukuran antropmetri meliputi berat badan, tinggi badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan atas dan lipatan kulit (Yuniarti et al., 2019). Tujuan dari pelatihan antropometri :1. memahami konsep dasar antropometri yaitu peserta akan diajarkan tentang definisi, sejarah, dan pentingnya antropometri dalam berbagai bidang seperti kesehatan, gizi, ergonomi, dan antropologi, 2. memahami konsep dasar antropometri dimana peserta akan diajarkan tentang definisi, sejarah, dan pentingnya antropometri dalam berbagai bidang seperti kesehatan, gizi, ergonomi, dan antropologi, 3. menganalisis data antropometri yaitu peserta belajar menginterpretasi hasil pengukuran dan menganalisisnya untuk mendapatkan informasi yang relevan, 4. Menerapkan antropometri dalam praktik dengan peserta diajarkan bagaimana menerapkan pengetahuan antropometri dalam pekerjaan sehari-hari, misalnya dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak, menilai status gizi, atau mendesain produk yang sesuai dengan ukuran tubuh manusia.

Manfaat mengikuti pelatihan antropometri adalah meningkatkan akurasi pengukuran yaitu dengan pelatihan yang tepat, peserta dapat melakukan pengukuran dengan lebih akurat dan mengurangi kesalahan pengukuran. Kader memperoleh data yang valid yaitu data antropometri yang akurat sangat penting untuk berbagai penelitian dan program intervensi. Kader mampu membuat keputusan yang lebih baik yaitu data antropometri dapat digunakan untuk membuat keputusan yang lebih baik dalam berbagai bidang, misalnya dalam perencanaan program gizi, desain produk, dan pengembangan kebijakan. Meningkatkan kualitas pelayanan: bagi petugas kesehatan, pelatihan antropometri dapat meningkatkan kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien, terutama dalam hal pemantauan pertumbuhan anak dan penilaian status gizi.



Gambar 2. Kegiatan pelatihan ketrampilan kepada kader posyandu lansia

5. KESIMPULAN

Kegiatan Revitalisasi Manajemen Pelayanan Kesehatan Berbasis Masyarakat di Posyandu Lansia Ngudi Waras ini berjalan lancar dan antusias terlihat dengan kader yang antusias mengikuti pelatihan dan ketrampilan kader terlihat meningkat terlihat dengan pelayanan yang diberikan ke lansia bertambah dari awalnya hanya 2 pelayanan menjadi 5 pelayanan dan lebih efisien waktu dengan adanya alur pelayanan yang jelas dan peralatan yang lebih lengkap.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana kegiatan mengucapkan terima kasih kepada Ibu-Ibu Kader Posyandu Ngudi Waras yang telah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Kegiatan ini terlaksana dengan dana hibah didanai oleh Kemendikbudristek tahun anggaran 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatna, P., Maryanto, S., Mawardika, T., & Mulyasari, I. (2023). Pelatihan Kader Kelompok Kerja Kesehatan (Pokjakes) dalam Pemantauan Status Gizi Wanita Usia Subur (WUS). *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 5(1), 45–51.
- Amalia, L. (2019). *Pelatihan Antropometri Pada Siswa MIT Al-Ishlah Kota Gorontalo*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2023). *Ketrampilan Dasar Kader Kesehatan*.
- Ihamahu, D., Saparua Timur, K., Maluku Tengah, K., Latumahina, F., Istia, Y. J., Tahapary, E. C., Anthony, V. C., Soselisa, V. J., & Solissa, Z. (2022). Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesejahteraan Para Lansia di Desa Ihamahu, Kec. Saparua Timur, Kab. Maluku Tengah. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat Universitas Jambi*, 6(1), 39–45.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Kurikulum dan Modul Pelatihan Kader Posyandu*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil*.
- Kementerian Sekretaris Negara. (2023). *Undang Undang No 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan*.
- Taufik M, H. D. Y. S. S. L. P. E. (2024). Pengelolaan Pelayanan Posyandu Lansia dan Pembinaan Kader Kesehatan Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Kader Kesehatan dan Status Kesehatan Serta Kualitas Hidup Lansia. *Jurkeshum Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol 4 No. 1 Januari 2024*, 116–124.
- Untari, I., Wijayanti, & Wardani, D. P. K. (2016). *Buku Menu Makanan Bagi Lansia* (1st ed.). CV. Jasmine.
- Yuniarti, Jaelani, M., Sulistyowati, E., Noviardhi, A., Nadhiroh, A., Linnoria, P., Latif, P. I., WIramping, R. F., & Agung, M. W. (2019). *Modul Pelatihan Pengukuran Antropometri dan Penilaian Status Gizi pada TK_RA - 2019*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.