

Peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia: Studi di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat

Rosnah Rosnah

Program Studi Diploma Tiga Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes
Kemenkes Kendari

Syaifudin Suhri Kasim

Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu
Politik, Universitas Halu Oleo

Teguh Faturrahman

Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan
Gizi, Poltekkes Kemenkes Kendari

Posyandu Lansia, sebagai salah satu program pemerintah, berperan penting dalam menyediakan layanan kesehatan preventif, promotif, dan edukatif bagi masyarakat lanjut usia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen terkait. Analisis data menggunakan teknik analisis data kualitatif, meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan lanjut usia melalui layanan kesehatan terintegrasi, dukungan sosial dan emosional, peningkatan kemandirian dan partisipasi lansia dan peran-peran tersebut memberi dampak pada aspek kesehatan, psikososial dan ekonomi keluarga lansia. Namun, penelitian ini juga menemukan adanya tantangan dalam pelaksanaan program, seperti kurangnya tenaga kesehatan yang terlatih dan keterbatasan fasilitas pendukung. Kemudian, Posyandu Lansia di Desa Lakalamba mampu berperan sebagai media yang efektif dalam mendukung kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia, meskipun perlu upaya peningkatan dari segi sumber daya manusia dan infrastruktur. Rekomendasi penelitian ini mencakup peningkatan pelatihan bagi kader Posyandu, alokasi anggaran yang lebih memadai, dan dukungan dari pemerintah daerah untuk memperluas akses layanan Posyandu Lansia. Dengan optimalisasi peran Posyandu, diharapkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia dapat terus meningkat secara berkelanjutan.

Penulis Koresponden: Rosnah (rosnahgunawan71@gmail.com)

Pendahuluan

Peningkatan angka harapan hidup di Indonesia telah membawa dampak penting terhadap struktur demografis, termasuk bertambahnya jumlah lanjut usia (lansia). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), populasi lansia terus meningkat dari tahun ke tahun, mencerminkan keberhasilan dalam pelayanan kesehatan dan kualitas hidup masyarakat (1). Namun, peningkatan jumlah lansia ini juga menimbulkan tantangan baru, khususnya terkait kesejahteraan dan kualitas hidup mereka (2). 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.

Berdasarkan hal tersebut perlu dipersiapkan langkah-langkah yang tepat agar tidak ada penduduk lansia yang terlantar. Lanjut usia adalah suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh bermanfaat. Masyarakat kita saat ini memandang para lanjut usia sebagai orang-orang yang kurang menarik, kurang energik, kurang produktif, mudah lupa, dan kurang bernilai dibandingkan dengan mereka yang masih mudah. Orang yang memasuki usia ini biasanya lebih rentan terhadap gangguan kesehatan. Berdasarkan Pasal 1 ayat 2 Permenkes No. 67 Tahun 2015 menjelaskan batasan umur lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Masa lanjut usia dibagi sebagai berikut : a) usia 45-60 tahun, disebut middle age (setengah baya atau A-teda madya), b) usia 60-75 tahun, disebut alderly (usia lanjut atau wreda utama), c) usia 75-90 tahun, disebut old (tua atau prawasana), d) usia diatas 90 tahun, disebut old (tua sekali atau wreda wasana) (3).

Lansia sering kali menghadapi berbagai permasalahan, seperti penurunan kemampuan fisik, berkurangnya peran sosial, serta risiko kesehatan kronis yang tinggi. Di sisi lain, dukungan keluarga terhadap lansia tidak selalu mencukupi karena perubahan pola hidup masyarakat moderen. Desa Lakalamba di Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat, tidak terlepas dari dinamika ini. Sebagai daerah yang tengah berkembang, Desa Lakalamba memiliki potensi besar untuk memberdayakan lansia melalui pendekatan komunitas, salah satunya melalui Posyandu Lansia.

Posyandu Lansia merupakan program pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk memberikan layanan kesehatan preventif, promotif, dan kuratif bagi lansia. Program ini tidak hanya menyediakan pemeriksaan kesehatan rutin, tetapi juga menjadi wadah bagi lansia untuk bersosialisasi, mendapatkan edukasi kesehatan, dan mengakses bantuan yang dapat meningkatkan kesejahteraan mereka (Pakpahan, 2020). Namun, efektivitas dan peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kualitas hidup lansia sering kali dipengaruhi oleh tingkat partisipasi masyarakat, kualitas layanan, serta ketersediaan sumber daya pendukung (6). Di Desa Lakalamba, implementasi Posyandu Lansia menjadi salah satu upaya strategis untuk menjawab kebutuhan lansia yang semakin kompleks.

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 membutuhkan perawatan dan dukungan, yang dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan keluarga dan perasaan kehilangan identitas (7). Sehingga kondisi ini menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kesehatan, kesejahteraan,

dan kualitas hidup lanjut usia. 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.

Dasar hukum pelaksanaan Posyandu Lansia diatur dalam Pasal 1 ayat 2 Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No. 67 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Masyarakat. Dalam peraturan ini, Pasal 1 ayat 2 menjelaskan bahwa Posyandu Lansia merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat, di mana pelaksanaannya melibatkan peran aktif masyarakat dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan bagi lanjut usia.

Program pelayanan Posyandu lansia di Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat telah berjalan sejak tahun 2019 sampai sekarang. 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. Lansia yang mengikuti Posyandu mendapatkan pelayanan cek tekanan darah, gula darah, pemberian obat sederhana dan pemberian dukungan sosial.

Dalam sistem pelayanan Posyandu lansia di Desa Lakalamba, dimulai dengan proses pendaftaran dan pendataan, di mana setiap lansia yang datang akan didaftarkan dan informasi pribadi serta riwayat kesehatannya dicatat untuk pemantauan yang lebih baik. Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan kesehatan rutin yang meliputi pengukuran berat badan, mengukur lingk pinggang, mengukur tinggi badan, tekanan darah serta pemeriksaan gula darah dan kolesterol sesuai kebutuhan. Berdasarkan hasil pemeriksaan, lansia akan diberikan suplemen vitamin atau obat-obatan dasar sesuai anjuran medis untuk memperbaiki atau menjaga kondisi kesehatannya (8). 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 (9).

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. Lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu lansia di Desa Lakalamba mendapatkan manfaat berupa terpantaunya kondisi kesehatan para lansia, mendapatkan dukungan sosial dan emosional. Selain itu, para lansia bisa bertemu dan bersilaturahmi dengan lansia lainnya untuk mengurangi kejenuhan dan stres psikologis yang dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan lansia. Adapun kegiatan Posyandu lansia ini dilakukan di gedung Posyandu Desa Lakalamba Kecamatan Sawerigadi Kabupaten Muna Barat. Sarana dan prasarana yang ada di Posyandu lansia Desa Lakalamba meliputi gedung Posyandu, kursi, meja petugas, alat tensi, alat ukur tinggi badan, alat ukur lingk pinggang, alat pemeriksaan gula darah, kolesterol dan asam urat.

Proses pelaksanaan Posyandu lansia dilakukan sekali dalam sebulan di mana jadwal pelaksanaan Posyandu setiap bulanya berubah-ubah dan tidak menentu disebabkan 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. Pengumuman jadwal Posyandu lansia biasa dilakukan 2 atau 3 hari sebelum kegiatan Posyandu dilakukan (Menurut kader Posyandu lansia Desa Lakalamba). Dalam pelaksanaan program Posyandu lansia, angka pengunjung lansia aktif kurang lebih 27 orang dari total 39 lansia yang terdata di Posyandu

lansia, dimana 30 lansia perempuan dan 9 lansia laki-laki. Batasan umur lansia yang mengikuti kegiatan Posyandu lansia di Desa Lakalamba yaitu 60 tahun keatas berdasarkan Pasal 1 ayat 2 Permenkes No. 67 Tahun 2015 menjelaskan batasan umur Lanjut Usia (Lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas.

Posyandu Lansia berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia melalui pelayanan kesehatan preventif, promotif, dan edukatif. Kegiatan seperti pemeriksaan rutin, pemberian vitamin, senam lansia, dan penyuluhan gizi membantu menjaga kesehatan fisik dan mental para lansia (10). Posyandu juga berfungsi sebagai wadah interaksi sosial yang mengurangi risiko kesepian dan depresi. Melalui pendekatan berbasis komunitas, Posyandu Lansia mendorong keterlibatan aktif keluarga dan masyarakat dalam mendukung kesejahteraan lansia melalui kegiatan layanan kesehatan terintegrasi, dukungan sosial dan emosional, dan peningkatan kemandirian dan partisipasi lansia. Peran tersebut dalam implementasinya telah memberi dampak pada aspek kesehatan, psikososial dan ekonomi keluarga lansia (11).

Keberhasilan program Posyandu Lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor kunci. Pertama, partisipasi aktif lansia dalam kegiatan Posyandu, seperti pemeriksaan kesehatan rutin dan senam lansia, berkontribusi pada keberlanjutan program. Kedua, dukungan tenaga kesehatan yang kompeten, termasuk kader Posyandu, memastikan pelayanan yang berkualitas. Ketiga, ketersediaan fasilitas dan alat kesehatan yang memadai meningkatkan efektivitas program. Keempat, peran keluarga dalam mendorong lansia untuk terlibat aktif sangat penting. Kelima, dukungan pemerintah dan alokasi anggaran yang memadai memperkuat keberlanjutan program. Terakhir, faktor sosial dan budaya yang bersumber dari stigma terhadap lansia yang dianggap tidak produktif atau persepsi bahwa kesehatan lansia bukan prioritas (12).

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara menyeluruh peran Posyandu Lansia di Desa Lakalamba dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana Posyandu Lansia memberikan dampak nyata terhadap aspek kesehatan, psikososial, dan ekonomi lansia, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan program ini. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pijakan bagi pengembangan program Posyandu Lansia yang lebih efektif, tidak hanya di Desa Lakalamba tetapi juga di wilayah lain dengan karakteristik serupa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggambarkan secara mendalam peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan eksplorasi yang lebih mendalam mengenai pengalaman, persepsi, serta pengaruh Posyandu Lansia terhadap kehidupan lansia di wilayah tersebut.

Penelitian ini dilaksanakan selama 4 (empat) bulan, yaitu pada bulan Juni - Oktober tahun 2024 dan bertempat di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat, yang mencakup seluruh tahapan pengumpulan dan analisis data.

Informan penelitian terdiri atas petugas Posyandu Lansia, termasuk tenaga kesehatan, kader, dan relawan, serta perangkat desa terkait kebijakan Posyandu Lansia sebagai informan kunci. Selain itu, lansia peserta aktif Posyandu Lansia dan keluarga yang merawat mereka dipilih sebagai informan utama. Teknik purposive sampling digunakan untuk memastikan informan yang dipilih memiliki relevansi dan kemampuan memberikan data yang sesuai dengan fokus penelitian.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan lansia, kader Posyandu, dan perangkat desa guna memahami persepsi, manfaat, serta tantangan dalam pelaksanaan Posyandu Lansia. Observasi partisipatif juga dilakukan untuk mengamati langsung aktivitas Posyandu Lansia, seperti pelayanan kesehatan, edukasi, dan interaksi sosial. Selain itu, dokumentasi berupa laporan

kegiatan, foto, dan dokumen lain yang relevan akan melengkapi proses pengumpulan data.

Analisis data dilakukan dengan cara mereduksi informasi yang telah dikumpulkan, menyeleksi data yang relevan, kemudian menyajikannya dalam bentuk narasi deskriptif untuk menggambarkan peran Posyandu Lansia. Penarikan kesimpulan dilakukan berdasarkan pola-pola dan temuan yang muncul selama proses analisis. Untuk memastikan keabsahan data, digunakan metode triangulasi sumber dan teknik, dengan membandingkan data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Penelitian ini juga mengedepankan etika penelitian dengan meminta persetujuan informan sebelum pengumpulan data, menjaga kerahasiaan identitas informan, serta menghormati norma dan budaya lokal yang berlaku di masyarakat Desa Lakalamba.

Hasil dan Pembahasan

Peran Posyandu Lansia dalam Meningkatkan Kesejahteraan dan Kualitas Hidup Lansia

Posyandu Lansia merupakan salah satu program kesehatan berbasis masyarakat yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia (lansia). Di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat, keberadaan Posyandu Lansia menjadi solusi strategis untuk memenuhi kebutuhan kesehatan dan sosial lansia yang semakin kompleks.

Desa Lakalamba menghadapi berbagai tantangan dalam memenuhi kebutuhan lansia, seperti akses terbatas ke layanan kesehatan, pengetahuan masyarakat yang rendah tentang kesehatan lansia, serta kurangnya perhatian terhadap aspek sosial dan emosional lansia. Dalam konteks ini, Posyandu Lansia hadir sebagai pusat layanan terpadu yang memberikan berbagai kegiatan kesehatan preventif, kuratif, dan promotif. Adapun peran Posyandu lansia dapat dilihat pada penjelasan berikut.

Layanan Kesehatan yang Terintegrasi

Posyandu Lansia di Desa Lakalamba menyediakan berbagai layanan kesehatan dasar yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan fisik lansia. Kegiatan rutin yang dilaksanakan meliputi pemeriksaan tekanan darah, pengukuran berat badan, pemantauan status gizi, serta pemeriksaan penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi. Melalui layanan ini, lansia dapat mendeteksi dini berbagai masalah kesehatan yang sering kali tidak terdeteksi karena kurangnya akses ke fasilitas kesehatan formal.

Selain itu, Posyandu Lansia juga menyediakan edukasi kesehatan yang membahas pentingnya pola makan seimbang, aktivitas fisik yang sesuai, dan manajemen stres. Edukasi ini membantu lansia di Desa Lakalamba untuk lebih memahami bagaimana menjaga kesehatan mereka secara mandiri.

Dukungan Sosial dan Emosional

Selain aspek kesehatan, Posyandu Lansia juga berfungsi sebagai ruang sosial bagi lansia untuk saling berinteraksi dan berbagi pengalaman. Kegiatan seperti senam lansia dan diskusi kelompok memberikan kesempatan bagi lansia untuk keluar dari isolasi sosial, yang sering menjadi masalah bagi mereka. Dengan adanya dukungan sosial ini, lansia dapat merasakan peningkatan dalam kualitas hidup mereka, terutama dalam aspek psikologis.

Kehadiran kader Posyandu yang terlatih juga memberikan perhatian khusus terhadap kebutuhan emosional lansia. Para kader sering kali berperan sebagai pendamping yang memberikan motivasi, mendengarkan keluhan, dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi lansia dalam

kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa Posyandu Lansia di Desa Lakalamba bukan hanya memberikan layanan kesehatan, tetapi juga menjadi wadah penting dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan peduli terhadap lansia.

Peningkatan Kemandirian dan Partisipasi Lansia

Salah satu peran utama Posyandu Lansia di Desa Lakalamba adalah meningkatkan kemandirian lansia dalam menjaga kesehatan mereka. Melalui edukasi yang terus menerus dan kegiatan rutin, lansia diajak untuk aktif berpartisipasi dalam menjaga kesehatan mereka sendiri. Partisipasi ini tidak hanya mencakup aspek kesehatan, tetapi juga dalam berbagai kegiatan sosial yang melibatkan komunitas.

Di beberapa kasus, Posyandu Lansia di Desa Lakalamba juga bekerja sama dengan pihak pemerintah desa dan lembaga lain untuk memberikan pelatihan keterampilan bagi lansia, seperti kerajinan tangan dan pengelolaan hasil tani. Program-program ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan ekonomi lansia, tetapi juga memberikan rasa tujuan dan kebermaknaan dalam hidup mereka.

Selain itu keberadaan Posyandu Lansia di Desa Lakalamba telah memberikan dampak positif dalam berbagai aspek kehidupan lansia, diantaranya:

Aspek kesehatan

Kesehatan merupakan aspek utama yang menjadi fokus Posyandu Lansia di Desa Lakalamba. Layanan kesehatan yang diberikan meliputi pemeriksaan tekanan darah, pengukuran berat badan, tinggi badan, pemeriksaan kadar gula darah, serta penyuluhan kesehatan. Berikut adalah beberapa dampak penting terhadap kesehatan lansia:

1. **Peningkatan Deteksi Dini Penyakit.** Posyandu Lansia memungkinkan deteksi dini berbagai penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan gangguan kardiovaskular. Melalui pemeriksaan rutin, lansia dapat mengetahui kondisi kesehatannya lebih cepat, sehingga intervensi medis dapat dilakukan sebelum penyakit berkembang lebih lanjut.
2. **Peningkatan Kesadaran akan Pola Hidup Sehat.** Penyuluhan yang dilakukan di Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memberikan edukasi mengenai pentingnya pola makan seimbang, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Hal ini membantu lansia menerapkan kebiasaan hidup sehat yang berdampak pada peningkatan kualitas hidup mereka.
3. **Peningkatan Status Gizi Lansia.** Pada Posyandu Lansia di Desa Lakalamba, terdapat program pemberian makanan tambahan yang bergizi. Ini membantu mengatasi masalah malnutrisi yang sering dialami oleh lansia, terutama mereka yang berasal dari keluarga kurang mampu.
4. **Peningkatan Akses terhadap Pelayanan Kesehatan.** Posyandu Lansia di Desa Lakalamba sering bekerja sama dengan Puskesmas atau instansi kesehatan lainnya untuk memberikan akses yang lebih luas kepada pelayanan kesehatan. Lansia yang kesulitan mengakses fasilitas kesehatan karena faktor ekonomi atau geografis dapat memperoleh layanan melalui Posyandu.

Aspek psikososial

Selain kesehatan fisik, Posyandu Lansia di Desa Lakalamba juga berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia. Aspek psikososial mencakup kesehatan mental, rasa kebersamaan, dan kepuasan hidup.

1. **Mengurangi Isolasi Sosial.** Posyandu Lansia di Desa Lakalamba menyediakan ruang bagi lansia untuk berkumpul, berinteraksi, dan berbagi pengalaman. Hal ini sangat penting

bagi lansia yang sering merasa terisolasi, terutama mereka yang tinggal sendiri atau tidak memiliki banyak dukungan keluarga. Aktivitas bersama seperti senam lansia, diskusi kelompok, atau pelatihan keterampilan menciptakan rasa kebersamaan dan mengurangi kesepian.

2. **Meningkatkan Rasa Percaya Diri.** Keterlibatan dalam kegiatan Posyandu Lansia di Desa Lakalamba membantu lansia merasa dihargai dan diakui perannya dalam masyarakat. Hal ini berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan penghargaan diri (self-esteem).
3. **Mengurangi Risiko Depresi dan Kecemasan.** Dukungan sosial yang diperoleh melalui interaksi di Posyandu Lansia di Desa Lakalamba dapat mengurangi risiko gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Lansia merasa memiliki tempat untuk mencurahkan perasaan dan memperoleh dukungan emosional dari sesama anggota komunitas.
4. **Peningkatan Pemahaman tentang Kesehatan Mental.** Penyuluhan tentang kesehatan mental yang sering dilakukan di Posyandu Lansia di Desa Lakalamba, juga memberikan wawasan baru bagi lansia untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan mental. Lansia diajarkan cara mengelola stres, mengenali tanda-tanda depresi, dan mencari bantuan jika diperlukan.

Aspek ekonomi

Dampak ekonomi dari Posyandu Lansia di Desa Lakalamba tidak selalu langsung terlihat, tetapi keberadaannya memberikan kontribusi penting terhadap stabilitas ekonomi lansia dan keluarganya. Berikut adalah beberapa dampak ekonomi yang dihasilkan:

1. **Pengurangan Beban Biaya Kesehatan.** Dengan adanya layanan pemeriksaan kesehatan gratis atau berbiaya rendah, Posyandu Lansia di Desa Lakalamba telah membantu mengurangi pengeluaran lansia untuk biaya kesehatan. Deteksi dini penyakit juga mencegah kebutuhan akan pengobatan yang lebih mahal di kemudian hari.
2. **Peningkatan Produktivitas Lansia.** Lansia yang mendapatkan layanan kesehatan dan edukasi melalui Posyandu lebih sehat dan aktif, sehingga mereka dapat tetap produktif. Banyak lansia yang tetap bekerja di sektor informal atau membantu kegiatan rumah tangga, dan kesehatan yang baik memungkinkan mereka melanjutkan aktivitas tersebut.
3. **Dukungan Kewirausahaan Lansia.** Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memberikan pelatihan keterampilan seperti kerajinan tangan, memasak, atau berkebun. Keterampilan ini dapat digunakan oleh lansia untuk menciptakan sumber penghasilan tambahan, sehingga meningkatkan kemandirian ekonomi mereka.
4. **Dampak Positif bagi Ekonomi Keluarga.** Lansia yang sehat dan mandiri tidak hanya mengurangi beban ekonomi keluarga tetapi juga dapat menjadi pendukung keuangan keluarga. Sebab beberapa lansia yang telah memiliki keterampilan menghasilkan pendapatan tambahan dapat membantu memenuhi kebutuhan rumah tangga.

Tantangan dan Strategi Penguatan Posyandu Lansia

Meskipun Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memberikan banyak manfaat, terdapat beberapa tantangan dalam pelaksanaannya. Tantangan tersebut meliputi keterbatasan dana operasional, kurangnya tenaga relawan, dan rendahnya partisipasi lansia. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan strategi penguatan sebagai berikut:

1. **Meningkatkan Dukungan Pemerintah.** Pemerintah perlu memberikan dukungan lebih besar dalam bentuk pendanaan, pelatihan bagi kader, dan penyediaan fasilitas. Dengan dukungan yang memadai, Posyandu Lansia dapat memberikan layanan yang lebih berkualitas.
2. **Mengintegrasikan dengan Program Kesehatan Lain.** Integrasi dengan program kesehatan lainnya seperti BPJS Kesehatan atau program pemberdayaan masyarakat dapat memperluas cakupan layanan Posyandu Lansia.
3. **Meningkatkan Partisipasi Komunitas.** Keterlibatan masyarakat, termasuk keluarga

lansia, sangat penting untuk keberlanjutan Posyandu Lansia. Kampanye kesadaran tentang pentingnya Posyandu Lansia dapat meningkatkan partisipasi.

4. **Pemanfaatan Teknologi Informasi** Penggunaan teknologi seperti aplikasi mobile untuk pencatatan data lansia atau penyampaian informasi kesehatan dapat meningkatkan efisiensi dan jangkauan layanan Posyandu Lansia.

Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memiliki dampak yang penting terhadap aspek kesehatan, psikososial, dan ekonomi lansia. Keberadaannya tidak hanya meningkatkan kualitas hidup lansia tetapi juga memberikan kontribusi positif bagi keluarga dan masyarakat. Melalui dukungan yang lebih besar dari pemerintah, komunitas, dan berbagai pemangku kepentingan, Posyandu Lansia dapat terus berkembang dan memberikan manfaat yang lebih luas. Oleh karena itu, penting untuk terus menguatkan Posyandu Lansia sebagai salah satu pilar pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berkelanjutan.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keberhasilan Program Posyandu Lansia

Program Posyandu Lansia merupakan salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan lanjut usia (lansia) melalui layanan kesehatan berbasis komunitas (13). Keberhasilan program ini sangat bergantung pada berbagai faktor yang saling terkait. Faktor-faktor tersebut meliputi peran sumber daya manusia, dukungan dari pemerintah, keterlibatan masyarakat, fasilitas dan infrastruktur, serta kesadaran lansia dan keluarganya terhadap pentingnya layanan kesehatan.

Peran sumber daya manusia

Keberhasilan Posyandu Lansia di Desa Lakalamba sangat dipengaruhi oleh kinerja kader kesehatan, petugas medis, dan pihak-pihak yang terlibat langsung dalam pelaksanaan program. Kader kesehatan memegang peran penting sebagai pelaksana utama di lapangan. Kompetensi kader, termasuk pelatihan yang memadai, kemampuan komunikasi, dan pengetahuan tentang kebutuhan kesehatan lansia, menentukan kualitas pelayanan yang diberikan. Selain itu, dukungan dari tenaga medis profesional, seperti bidan atau dokter, diperlukan untuk memberikan layanan kesehatan yang lebih komprehensif. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa tenaga medis profesional masih sangat terbatas, seperti bidan dan dokter.

Dukungan pemerintah

Pemerintah memiliki peran strategis dalam memastikan kelangsungan dan efektivitas Posyandu Lansia. Dukungan ini dapat berupa alokasi anggaran yang cukup, penyediaan sarana dan prasarana, serta pengembangan kebijakan yang mendukung kesehatan lansia. Keberadaan regulasi yang memperkuat program Posyandu Lansia juga menjadi faktor penentu, termasuk penyediaan anggaran untuk pembelian alat-alat kesehatan, seperti tensimeter dan alat pengukur gula darah.

Keterlibatan masyarakat

Keterlibatan aktif masyarakat di Desa Lakalamba, termasuk keluarga lansia, sangat penting dalam mendukung keberhasilan program ini. Partisipasi masyarakat mencakup keikutsertaan dalam kegiatan Posyandu, seperti penyuluhan kesehatan, senam lansia, atau pemeriksaan kesehatan rutin. Selain itu, peran keluarga sangat signifikan dalam mendorong lansia untuk berpartisipasi aktif. Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan lansia dapat meningkatkan jumlah kehadiran lansia di Posyandu dan keberlanjutan program.

Fasilitas dan infrastruktur

Ketersediaan fasilitas yang memadai, seperti ruang pemeriksaan yang nyaman, peralatan medis yang lengkap, dan lingkungan yang ramah lansia, juga memengaruhi efektivitas Posyandu Lansia di

Desa Lakalamba. Infrastruktur yang kurang memadai dapat mengurangi kualitas pelayanan dan menurunkan motivasi lansia untuk datang ke Posyandu. Oleh karena itu, perhatian khusus terhadap penyediaan fasilitas harus menjadi prioritas dalam program ini.

Kesadaran lansia dan keluarga

Kesadaran lansia dan keluarganya terhadap pentingnya menjaga kesehatan menjadi salah satu faktor keberhasilan program ini di Desa Lakalamba. Lansia yang memiliki pemahaman tentang manfaat pemeriksaan kesehatan rutin cenderung lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu. Sebaliknya, mereka yang kurang memiliki pemahaman atau rasa enggan karena faktor budaya, stigma, atau rasa ketidakpercayaan terhadap layanan telah menjadi hambatan. Oleh karena itu, edukasi yang berkelanjutan kepada lansia dan keluarga perlu dilakukan.

Faktor sosial dan budaya

Faktor sosial dan budaya juga memengaruhi keberhasilan Posyandu Lansia di Desa Lakalamba. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, stigma terhadap lansia yang dianggap tidak produktif atau persepsi bahwa kesehatan lansia bukan prioritas dapat menjadi penghalang menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan program Posyandu lansia. Upaya penyuluhan untuk mengubah pola pikir masyarakat tentang pentingnya kesehatan lansia menjadi langkah penting dalam mengatasi hambatan ini.

Temuan Penelitian

Penelitian ini menemukan bahwa Posyandu Lansia di Desa Lakalamba memainkan peran strategis dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia (lansia). Hal ini tercermin dari berbagai layanan yang diberikan, seperti pemeriksaan kesehatan rutin, edukasi tentang gizi, serta program kegiatan sosial yang mendorong interaksi antar lansia. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, yang umumnya hanya menyoroti aspek pelayanan kesehatan fisik, studi ini menunjukkan bahwa Posyandu Lansia juga memiliki kontribusi sangat penting dalam meningkatkan aspek psikososial lansia. Misalnya, kegiatan olahraga bersama dan pengajian rutin yang diadakan oleh Posyandu Lansia di Desa Lakalamba berhasil menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan sosial, sehingga mengurangi perasaan kesepian dan isolasi pada lansia.

Penelitian sebelumnya cenderung memusatkan perhatian pada ketersediaan fasilitas fisik atau tenaga kesehatan di Posyandu Lansia. Namun, temuan terbaru ini mengungkap pentingnya pendekatan holistik yang tidak hanya berfokus pada kesehatan fisik, tetapi juga pada aspek kesejahteraan psikososial lansia. Inovasi berupa pelibatan lansia dalam diskusi kelompok atau pemberdayaan ekonomi kecil-kecilan melalui keterampilan yang diajarkan di Posyandu memberikan dampak positif pada tingkat kemandirian dan rasa percaya diri mereka. Hal ini menunjukkan bahwa Posyandu Lansia di Desa Lakalamba berhasil mengintegrasikan layanan kesehatan dengan pendekatan berbasis komunitas yang lebih inklusif, sehingga mampu menciptakan dampak yang lebih luas dibandingkan dengan praktik di wilayah lain yang dilaporkan dalam studi sebelumnya.

Kesimpulan dan Saran

Posyandu Lansia memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat. Melalui berbagai program kesehatan yang disediakan, Posyandu Lansia berfungsi sebagai wadah pelayanan kesehatan preventif dan promotif yang secara langsung memberikan manfaat bagi para lansia.

Peran utama Posyandu Lansia terlihat melalui kegiatan rutin, seperti pemeriksaan kesehatan berkala, pemantauan tekanan darah, pengukuran berat badan, dan penyuluhan kesehatan. Program-program ini tidak hanya membantu mendeteksi penyakit lebih dini, tetapi juga mendorong lansia untuk menjalani gaya hidup sehat melalui pengelolaan pola makan dan aktivitas fisik yang teratur.

Dengan adanya fasilitas ini, lansia dapat memantau kondisi kesehatan mereka secara berkala, sehingga risiko penyakit kronis dapat diminimalkan.

Selain aspek kesehatan, Posyandu Lansia juga berperan dalam membangun aspek sosial dan psikologis para lanjut usia. Aktivitas kelompok, seperti senam lansia, diskusi kesehatan, dan kegiatan sosial lainnya, memberikan ruang bagi lansia untuk bersosialisasi dan merasa lebih dihargai dalam komunitas. Hal ini berdampak positif pada kesehatan mental mereka, mengurangi perasaan kesepian, serta meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan psikososial.

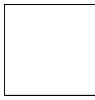
Dampak keberadaan Posyandu Lansia terlihat pada peningkatan kesadaran lansia terhadap pentingnya kesehatan, penurunan prevalensi penyakit ringan, serta peningkatan partisipasi aktif dalam kegiatan sosial. Dengan demikian, Posyandu Lansia mampu menciptakan lansia yang lebih sehat, mandiri, dan produktif di tengah keluarga dan masyarakat.

Keberhasilan Posyandu Lansia ditentukan oleh sinergi berbagai faktor, mulai dari peran sumber daya manusia, dukungan pemerintah, keterlibatan masyarakat, ketersediaan fasilitas, hingga kesadaran lansia dan keluarganya. Untuk memastikan keberlanjutan dan efektivitas program, diperlukan pendekatan holistik yang mencakup peningkatan kapasitas kader kesehatan, penyediaan fasilitas yang memadai, dan edukasi kepada masyarakat. Dengan demikian, Posyandu Lansia dapat menjadi program yang berdaya guna dalam meningkatkan kesejahteraan lansia.

Penelitian ini menyarankan perlunya penguatan peran Posyandu Lansia melalui dukungan pemerintah dalam penyediaan fasilitas, peningkatan kapasitas kader, serta kolaborasi dengan tenaga medis dan keluarga. Dengan upaya ini, kesejahteraan dan kualitas hidup lansia di Desa Lakalamba dapat terus ditingkatkan secara berkelanjutan.

Sumber Pustaka

1. Khoiriah. Analisis Keberhasilan Posyandu Lansia Di wilayah Kerja Puskesmas Dulalowoko Kota Gorontalo. *Angew Chemie Int Ed* 6(11), 951-952. 2019;
2. Pebriani DD, Amelia AR, Haeruddin. Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Kelurahan Kampeonaho Kota Baubau Wilayah Kerja Puskesmas Kampeonaho Kota Baubau Tahun 2020. *Wind Public Heal J.* 2020;
3. Permenkes Nomor 67 Tahun 2015 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Di PKM.
4. Friandi R. Hubungan Dukungan Keluarga Lansia Terhadap Kunjungan Lansia ke Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Kota Sungai Penuh. *Malahayati Nurs J.* 2022;5(2).
5. PAKPAHAN JY. Hubungan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Lansia Tentang Cara Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Panei Tongah Kabupaten Simalungun Tahun 2019. *Ensiklopedia J.* 2020;2(4).
6. Harahap ANI, Azhar AA, Rahma FL, Rahayu I, Nur Annisah Pebrianti. Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Di Desa Tebing Linggahara, Kecamatan Bilah Barat, Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2021. *J Progr Mhs Kreat.* 2022;6(1).
7. Situngkir R, Lidya HP, Ledor EU. Hubungan Perubahan Peran Sosial Dengan Depresi Pada Lansia di Kelurahan Lette Kota Makassar. *J Keperawatan Florence Nightingale.* 2023;6(1).
8. Nindy Elliana Benly, Rosminah Mansyarif, Wa Ode Siti Asma, Sartina S, Wa Ode Sitti Fidiah Husuni, Andi Sri Hastuti, et al. Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI J Pengabdian Kpd Masy.* 2022;1(12).



9. Ariyanti R, Sigit N, Anisyah L. EDUKASI KESEHATAN TERKAIT UPAYA SWAMEDIKASI PENYAKIT OSTEOARTHRITIS PADA LANSIA. SELAPARANG J Pengabd Masy Berkemajuan. 2021;4(3).
10. Marsanti AS, Astuti BH, Rahmaanajali AL, Andini DIP, Utomo II, Maharani L, et al. Pentingnya Penyuluhan Pemeriksaan Kesehatan Rutin pada Lansia dalam Upaya Peningkatan GERMAS di Desa Tapak. APMa J Pengabd Masy. 2023;3(1).
11. Melia S, Triana H, Prasetyo YA. Edukasi kesehatan lansia dan adaptasi kebiasaan baru melalui media live streaming Youtube. Semin Nas Semnas LPPM Univ Muhammadiyah Purwokerto. 2020;
12. Rofiq A. Partisipasi Masyarakat dalam Keberhasilan Pengembangan Program Posyandu Lansia di Puskesmas Jagir Surabaya. Kebijakan dan Manaj Publik. 2018;6(2).
13. Ilyas ANK. Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Sejahtera Kelurahan Pasirmuncang. J Eksistensi Pendidik Luar Sekol. 2017;2(2).