

Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesehatan Dan Kualitas Hidup Pada Usia Lanjut

Suryati¹, Hartika Utami Fitri², Tika Rahmawati³

^{1,2,3} Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Raden Fatah Palembang

e-mail: tikarahmawati1905@gmail.com

Published: December,, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia di Desa Talang Kemang serta mengidentifikasi hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaannya. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Posyandu Lansia memiliki peran yang signifikan dalam memberikan pelayanan kesehatan seperti pemeriksaan tekanan darah, penimbangan berat badan, penyuluhan gizi, serta kegiatan sosial yang mendukung kesejahteraan fisik dan mental lansia. Namun, pelaksanaan kegiatan posyandu masih menghadapi berbagai hambatan, seperti terbatasnya tenaga kesehatan, kurangnya sarana dan prasarana, serta rendahnya partisipasi lansia akibat kendala fisik, transportasi, dan kurangnya kesadaran. Dukungan dari keluarga dan masyarakat juga masih perlu ditingkatkan. Kesimpulannya, meskipun terdapat berbagai kendala, Posyandu Lansia di Desa Talang Kemang mampu memberikan kontribusi positif yang nyata dalam upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup para lansia melalui pendekatan promotif, preventif, dan partisipatif.

Kata Kunci: Posyandu lansia, Kesehatan, kualitas hidup, peran

ABSTARCT

This study aims to analyze the role of the Elderly Posyandu (Integrated Health Post for the Elderly) in improving the health and quality of life of the elderly in Talang Kemang Village and identify obstacles that hinder its implementation. The approach used was a qualitative approach with data collection techniques in the form of observation, interviews, and documentation. The results of the study indicate that the Elderly Posyandu plays a significant role in providing health services such as blood pressure checks, weighing, nutrition counseling, and social activities that support the physical and mental well-being of the elderly. However, the implementation of Posyandu activities still faces various obstacles, such as limited health workers, minimal facilities and infrastructure, and low participation of the elderly due to physical limitations, transportation, and lack of awareness. Support from families and communities also still needs to be improved. In conclusion, despite these various obstacles, the Elderly Posyandu in Talang Kemang Village is able to make a real positive contribution in efforts to maintain and improve the health and quality of life of the elderly through a promotive, preventive, and participatory approach.

Keywords: Posyandu for the elderly, health, quality of life, role.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Lansia adalah singkatan dari "lanjut usia" yang merujuk pada individu yang telah mencapai usia tertentu. Lanjut usia atau yang lebih dikenal dengan lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Lanjut usia adalah sekelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan yang bertahap dengan waktu

tertentu. Meningkatkan jumlah kelompok penduduk lanjut usia yang disebabkan oleh transisi demografis serta semakin tingginya rata-rata harapan hidup, namun hal tersebut juga berpadu pada mudarnya nilai-nilai kekeluargaan serta meningkatkan tuntutan kegiatan usia yang semakin produktif. Sehingga lanjut usia tidak mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekat yang berdampak pada keterlantaran penduduk usia lanjut.

Masa tua merupakan akhir dari hidup maka lansia pun mengalami penurunan fungsi kognitif meliputi proses belajar dan pemahaman sehingga adanya respon serta pergerakan lansia menjadi lambat. Fungsi psikomotor meliputi hal-hal yang berkaitan dengan gerakan menghasilkan pergerakan tubuh lansia yang kurang gesit. Aspek psikososial berkaitan dengan kepribadian lansia itu sendiri. Penurunan fungsi kognitif pada lansia, dikarenakan berat otak mengalami penyusutan (atrofi) sebanyak 10-20%, dengan terus bertambahnya usia lansia dan maka selaras juga penurunan fungsi kognitif lansia setiap harinya, dikarenakan terjadinya penurunan jumlah sel otak. bertambahnya umur lansia, terjadi juga peningkatan permasalahan akibat proses penurunan fungsi fisiologis salah satunya adalah gangguan fungsi kognitif.

Posyandu adalah suatu bentuk keterpaduan pelayanan kesehatan yang di laksanakan di suatu wilayah kerja Puskesmas, di mana pelaksanaannya di setiap kelurahan/RW dan di ketuai oleh bidan desa. Tempat pelaksanaan dan pelayanan program terpadu di balai dusun, balai desa, kelurahan, dana sebagainya. Posyandu berperan penting bagi masyarakat, karena posisi posyandu sebagai layanan kesehatan pertama bagi masyarakat. Dengan adanya kader posyandu disuatu wilayah, diharapkan bisa membantu masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup manusia terutama dalam masalah kesehatan. Posyandu dengan arahan maupun bimbingan dari pemerintah daerah ataupun pusat dirancang untuk mewujudkan kualitas masyarakat Indonesia yang lebih baik.

Melalui penelitian ini, penulis ingin mengkaji secara mendalam bagaimana peran posyandu lansia khususnya didesa talang kemang. Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran dan efektivitas pelayanan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesehatan lansia di Desa Talang Kemang, serta mengidentifikasi hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaannya guna merumuskan solusi untuk meningkatkan kualitas dan aksesibilitas layanan bagi para lansia.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, karena cocok digunakan dalam penelitian untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang fenomena yang kompleks, seperti sikap, perilaku, dan pengalaman manusia. Fokus penelitian yaitu peran posyandu lansia dalam meningkatkan Kesehatan dan kualitas hidup lansia serta menganalisis peran pelayanan Posyandu Lansia dan efektivitas pelayanan terhadap kesehatan lansia.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi ini bertujuan untuk mendapatkan data yang akurat mengenai peran posyandu lansia dalam meningkatkan Kesehatan dan kualitas hidup pada lanjut usia. Wawancara dilakukan secara mendalam dengan bidan desa, kader posyandu lansia dan lansia tersebut. Sementara itu, Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seperti pengambilan foto ataupun gambar yang diperlukan oleh peneliti.

Lokasi Penelitian ini dilakukan didesa Talang Kemang, kecamatan Rantau Bayur, kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan. Dalam menganalisis data, peneliti menggunakan tiga tahap utama, yaitu reduksi data (menyaring dan menyusun data penting), penyajian data (dalam bentuk narasi dan tabel), serta penarikan kesimpulan menggunakan pendekatan deduktif. Dengan pendekatan dan metode ini, diharapkan penelitian mampu memberikan gambaran yang akurat serta rekomendasi strategis bagi peningkatan kualitas posyandu lansi didesa talang kemang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di posyandu lansia di Desa Talang Kemang Kecamatan Rantau Bayur Kabupaten Banyuasin, Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada 27 februari 2025 sampai 27 maret 2025. Dengan penelitian ini, maka penulis melakukan pengumpulan data dengan observasi langsung pada objek penelitian yaitu posyandu lansia.

1. peran pelayanan posyandu usia lanjut dalam kegiatan Posyandu Lansia Peran adalah suatu konsep yang menggambarkan fungsi, tugas, atau kedudukan seseorang dalam suatu kelompok atau masyarakat berdasarkan norma dan aturan yang berlaku. Peran dapat bersifat formal maupun informal, tergantung pada konteks sosial, budaya, atau organisasi tempat individu tersebut berada. Dalam sosiologi, peran sering dikaitkan dengan status sosial seseorang dan mencerminkan harapan serta tanggung jawab yang harus dijalankan sesuai dengan posisi yang dimilikinya. Contohnya, peran seorang guru adalah mengajar, membimbing, dan mendidik siswa, sedangkan peran seorang dokter adalah merawat dan menyembuhkan pasien.

Posyandu Lansia (Pos Pelayanan Terpadu Lansia) adalah layanan kesehatan yang ditujukan untuk para lanjut usia (lansia) di tingkat komunitas, biasanya di desa atau kelurahan. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan menyediakan pemeriksaan kesehatan, konsultasi medis, penyuluhan kesehatan, serta kegiatan sosial dan fisik. Posyandu Lansia biasanya dijalankan oleh kader kesehatan yang bekerja sama dengan puskesmas dan dinas kesehatan setempat. Program ini sangat penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan lansia agar tetap mandiri dan produktif. Pelayanan Posyandu Lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan lanjut usia melalui berbagai kegiatan yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan kesehatan fisik, mental, dan sosial mereka. Kegiatan-kegiatan tersebut meliputi pemeriksaan kesehatan rutin, pengukuran antropometri, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan status mental, serta pemberian penyuluhan dan konseling kesehatan.

Selain itu, Posyandu Lansia juga menyediakan sarana bagi lansia untuk berinteraksi sosial, yang dapat membantu mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Peran kader Posyandu Lansia sangat vital dalam pelaksanaan program ini. Mereka berfungsi sebagai penghubung antara petugas kesehatan dan para lansia, melakukan pengukuran antropometri, memberikan penyuluhan kesehatan, dan memotivasi lansia untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan Posyandu.

2. hambatan yang dihadapi oleh Posyandu Lansia dalam memberikan pelayanan terhadap para lansia

Hambatan merupakan segala bentuk rintangan yang dapat memperlambat atau menghalangi suatu proses. Dalam pelaksanaan Posyandu Lansia, terdapat sejumlah kendala yang sering dihadapi dalam memberikan layanan yang optimal. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan tenaga medis dan fasilitas yang tersedia. Kurangnya kehadiran dokter dan perawat menyebabkan pemeriksaan kesehatan hanya dilakukan oleh bidan atau kader dengan keahlian yang terbatas. Kekurangan alat medis, obat-obatan, serta fasilitas pendukung lainnya juga turut menghambat proses deteksi dini dan penanganan berbagai penyakit yang dialami oleh lansia. Kondisi ini diperparah dengan kurangnya dukungan dari pemerintah maupun masyarakat, yang menyebabkan pelayanan di Posyandu Lansia tidak dapat berjalan secara maksimal.

Selain itu, banyak lansia yang kesulitan untuk datang ke posyandu karena keterbatasan fisik, seperti tidak mampu berjalan jauh, atau karena tidak memiliki anggota keluarga yang bisa mengantar mereka. Kesulitan ini membuat partisipasi lansia dalam kegiatan posyandu menjadi rendah. Kurangnya pemahaman akan pentingnya pemeriksaan kesehatan juga menjadi penghambat. Sebagian lansia tidak menyadari manfaat dari layanan yang diberikan atau merasa takut untuk menjalani pemeriksaan. Padahal, Posyandu Lansia menyediakan layanan kesehatan secara cuma-cuma yang sangat bermanfaat, seperti pemeriksaan tekanan darah, gula darah, serta edukasi kesehatan. Oleh karena itu, dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar sangat penting agar para lansia merasa nyaman dan terdorong untuk mengikuti kegiatan secara rutin.

Faktor lainnya adalah kurangnya dorongan dari keluarga. Tidak semua keluarga memberikan perhatian atau motivasi kepada lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Hal ini menyebabkan banyak lansia tidak mendapatkan pengawasan kesehatan yang semestinya, sehingga kondisi penyakit yang seharusnya bisa ditangani sejak dini menjadi semakin parah. Letak Posyandu yang jauh dari tempat tinggal juga menjadi hambatan tersendiri, terutama bagi lansia yang memiliki keterbatasan mobilitas atau tidak memiliki sarana transportasi. Meski begitu, Posyandu Lansia memiliki peran penting dalam pelayanan kesehatan dasar bagi lansia. Kegiatan rutin seperti pengecekan tekanan darah, pengukuran berat dan tinggi badan, serta pemeriksaan gula darah sangat

membantu dalam deteksi dini penyakit. Selain itu, edukasi kesehatan yang diberikan secara berkala dapat meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pola hidup sehat dan pengelolaan penyakit kronis.

Lebih dari sekadar aspek fisik, Posyandu Lansia juga berkontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh. Kegiatan sosial seperti senam bersama dan pertemuan rutin memberi ruang bagi lansia untuk bersosialisasi, yang berdampak positif terhadap kesehatan mental mereka. Interaksi yang terjalin dapat mengurangi rasa sepi dan stres, serta mencegah munculnya gangguan psikologis seperti depresi. Dengan adanya kegiatan tersebut, para lansia merasa lebih dihargai, produktif, dan tetap memiliki peran dalam komunitasnya. Posyandu Lansia menjadi sarana penting bagi lansia untuk tetap terlibat dan berdaya di tengah masyarakat.

Teori peran menjelaskan bahwa setiap individu maupun kelompok dalam masyarakat memiliki seperangkat harapan perilaku yang melekat pada posisi sosial tertentu. Dalam konteks ini, Posyandu Lansia memiliki peran sosial yang diharapkan oleh masyarakat, yaitu sebagai lembaga pelayanan kesehatan yang aktif dalam menjaga dan meningkatkan kesejahteraan lansia. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk memberikan pelayanan promotif, preventif, dan kadang kala kuratif sederhana kepada warga lanjut usia. Keberadaan Posyandu Lansia menjadi sangat penting di tengah meningkatnya jumlah lansia di Indonesia, termasuk di pedesaan seperti Desa Talang Kemang.

KESIMPULAN

Peran Posyandu Lansia di Desa Talang Kemang sangat penting dalam upaya peningkatan kesehatan dan kualitas hidup para lansia. Posyandu memberikan berbagai pelayanan kesehatan seperti pemeriksaan tekanan darah, penimbangan berat badan, penyuluhan gizi, serta kegiatan sosial yang menunjang kesehatan mental lansia. Melalui kegiatan ini, para lansia mendapatkan pemantauan kesehatan secara berkala dan dukungan sosial yang membantu mereka menjalani hidup yang lebih sehat dan bermakna.

Hambatan yang Dihadapi Posyandu Lansia antara lain terbatasnya tenaga kesehatan yang tersedia, kurangnya sarana dan prasarana penunjang kegiatan, serta rendahnya partisipasi sebagian lansia akibat keterbatasan fisik, transportasi, atau kurangnya kesadaran akan pentingnya peran posyandu. Selain itu, dukungan dari keluarga dan masyarakat juga masih perlu ditingkatkan agar kegiatan posyandu berjalan lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Fridolin, Agnes, Syamsul Huda, and Antono Suryoputro. "Determinan perilaku terhadap keaktifan kunjungan lansia ke posyandu lansia: literatur review." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 12.2 (2021): 263-269.
- Latumahina, Fransina, et al. "Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesejahteraan Para Lansia di Desa Ihamah, Kec. Saparua Timur, Kab. Maluku Tengah." *Jurnal Karya Abdi Masyarakat* 6.1 (2022): 39-45.
- Lumowa, Yohanes Reynaldi, and Rosiana Eva Rayanti. "Pengaruh usia lanjut terhadap kesehatan lansia." *Jurnal Keperawatan* 16.1 (2024): 363-372.
- Sintiawati, Nani, Maman Suherman, and Idah Saridah. "Partisipasi masyarakat dalam mengikuti kegiatan posyandu." *Lifelong Education Journal* 1.1 (2021): 91-95.
- Tuwu, Darmin, and La Tarifu. "Implementasi Program Posyandu Lansia Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia." *Journal Publicuho* 6.1 (2023): 20-29.