



Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Pentingnya Posyandu Lansia Dan Peran Kader Dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Di Desa Oringbele, Kec.Witihama, Kab. Flores Timur

Fransiska Yoana Dhone¹, Eusabius Separera Niron²

Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Katolik Widya Mandira Kupang²
Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Katolik Widya Mandira Kupang³

Abstrak

Received: 20 Juni 2025
Revised: 27 Juni 2025
Accepted: 01 Juli 2025

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok rentan yang membutuhkan perhatian dan pelayanan kesehatan khusus. Posyandu lansia hadir sebagai wadah untuk meningkatkan kesehatan lansia melalui berbagai pelayanan kesehatan dan kegiatan edukasi. Jurnal Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya posyandu lansia dan peran kader dalam meningkatkan kualitas pelayanan di Desa Oringbele, Kecamatan Witihama, Kabupaten Flores Timur. Kegiatan posyandu ini dilakukan sekali dalam sebulan.

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Gedung Posyandu Oringbele dengan sasaran kegiatan adalah warga Lanjut Usia. Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2024. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah Sosialisasi dan Dokumentasi Kegiatan. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa tingkat kesadaran masyarakat tentang pentingnya Posyandu Lansia masih sangat rendah. Namun setelah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, terjadi peningkatan pemahaman dan partisipasi masyarakat dalam mengikuti Posyandu Lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Posyandu lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan lansia, seperti:

Pemeriksaan kesehatan: Pemeriksaan kesehatan rutin untuk mendeteksi dini penyakit dan memberikan intervensi yang tepat. Penyuluhan kesehatan: Edukasi tentang pentingnya posyandu bagi lansia dan peran kader dalam posyandu.

Kegiatan sosial: Senam lansia, untuk meningkatkan kebugaran jasmani, memperkuat tulang dan otot, dan meningkatkan kesehatan fisik

Kader posyandu lansia memiliki peran strategis dalam penyelenggaraan Posyandu lansia, di antaranya:

Penggerakan masyarakat: Mengundang dan memotivasi lansia untuk menghadiri Posyandu lansia.

Pelaksanaan kegiatan Posyandu: Membantu petugas kesehatan dalam melaksanakan kegiatan Posyandu lansia.

Pemberian edukasi: Memberikan edukasi kepada lansia tentang kesehatan dan perilaku hidup sehat.

Pendampingan lansia: Mendampingi lansia dalam mengakses layanan kesehatan dan menyelesaikan masalah kesehatan.

Kesimpulannya, Posyandu lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan lansia di Desa Oringbele. Kader Posyandu memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas pelayanan posyandu lansia. Melalui pelatihan dan pendampingan, kader Posyandu Lansia dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan pelayanan kesehatan dan edukasi kepada Lansia.

Kata Kunci: *Posyandu Lansia, Lanjut Usia, Kader, Kesehatan Masyarakat, Kualitas Pelayanan, Desa Oringbele.*

(*) Corresponding Author: yoanadhone@gmail.com

How to Cite: Dhone, F., & Niron, E. (2025). Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Pentingnya Posyandu Lansia Dan Peran Kader Dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Di Desa Oringbele, Kec. Witihama, Kab. Flores Timur. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(7.D), 63-75. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/10954>

PENDAHULUAN

1. Posyandu Lansia

Proporsi penduduk dunia yang memasuki usia lanjut semakin lama semakin bertambah jumlahnya. Kelompok umur lanjut usia ini sudah menjadi isu dunia. Di negara-negara sedang berkembang, isu ini memang belum terlalu banyak dibahas seperti di negara-negara maju. Namun, tidak berarti tidak penting untuk diperbincangkan, karena isu ini berkaitan erat dengan berbagai isu sosial, ekonomi, dan politik yang menentukan (Ewys et al. 2021).

Era globalisasi yang terus berkembang, Indonesia sangat fokus dalam memajukan negaranya, dengan berusaha mewujudkan masyarakat sehat, maju, dan sejahtera. Kemajuan terjadi pada segala bidang ilmu telah menghasilkan pencapaian hasil yang positif, khususnya pada ilmu pengetahuan dan teknologi bidang medis yang dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk dan meningkatkan umur harapan hidup manusia, yang pada akhirnya berdampak pada jumlah penduduk lansia yang meningkat (Ningsih et al. 2022).

Meningkatnya jumlah lansia sebenarnya adalah indikator yang menunjukkan semakin sehatnya penduduk Indonesia karena usia harapan hidupnya meningkat, meskipun disisi lain produktivitas mereka menurun. (Fiqri Putra Bafelanna and Sri Wahyuni 2021)

Meningkatnya populasi lansia, pemerintah telah memberikan kebijakan pelayanan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dan mutu pelayanan kesehatan lansia di masyarakat untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berguna bagi keluarga. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres psikologis. Salah satu upaya yang dilaksanakan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental masyarakat lansia adalah program posyandu lansia. (E. U. Dewi et al. 2021)

Lansia di Desa Oringbele, Kecamatan Witihama, Kabupaten Flores Timur, seringkali terabaikan dalam hal kesehatan. Posyandu Lansia merupakan layanan kesehatan yang dapat membantu lansia di Desa Oringbele untuk memantau kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Orang yang berusia 60 tahun ke atas dan memiliki hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara disebut sebagai lansia (UU RI NO 13 tahun 1998). WHO (World Health Organization) mengklasifikasikan usia lanjut sebagai berikut: a) usia 45 hingga 60 tahun disebut middle age (setengah baya atau A-teda madya); b) usia 60 hingga 75 tahun disebut alderly (usia lanjut atau wreda utama); c) usia 75 hingga 90 tahun disebut old (tua atau prawasana); dan d) usia di atas 90 tahun disebut old (tua sekali atau wreda wasana). (Akbar et al. 2021)

Posyandu Lansia adalah pos pelayanan terpadu yang membantu orang lanjut usia di suatu wilayah mendapatkan layanan kesehatan yang layak. Posyandu lansia, menurut Erfandi c adalah pos pelayanan terpadu untuk orang tua di wilayah tertentu yang telah disepakati dan digerakkan oleh masyarakat di mana mereka dapat mendapatkan pelayanan kesehatan. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 43 Tahun 2004 tentang pelaksanaan upaya semua unsur terkait dalam bidang peningkatan kesejahteraan lanjut usia ditingkat pusat peningkatan kesejahteraan sosial lanjut usia, Komnas Lansia sebagai lembaga. Peraturan ini menjadi dasar program posyandu lansia ini. (Nuzulia 2019)

Usia lanjut merupakan salah satu tahap perkembangan manusia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan. Menjaga kesehatan lansia menjadi hal yang penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Salah satu upaya untuk mencapai hal tersebut adalah dengan meningkatkan partisipasi lansia dalam mengikuti Posyandu Lansia. Posyandu Lansia merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan bersumber daya masyarakat yang dikelola dan

dijalankan oleh masyarakat secara mandiri untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lansia. Posyandu Lansia menyediakan berbagai pelayanan kesehatan untuk lansia, seperti pemeriksaan kesehatan, penyuluhan kesehatan, dan pemberian obat-obatan.

Untuk menangani masalah kesehatan penduduk lanjut usia, pemerintah pusat melalui pemerintah daerah dan jajaran bawahannya merencanakan posyandu lansia. Program Posyandu Lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang diselenggarakan melalui program Puskesmas dan melibatkan para lansia, keluarga, tokoh masyarakat, dan organisasi sosial. Tujuan program ini adalah untuk mengontrol keadaan orang tua dan memberikan bimbingan untuk merawat dan mengawasi kesehatan mereka sendiri. (Masturi, Hasanawi, and Hasanawi 2021)

Tujuan umum dibentuknya Posyandu lansia secara garis besar untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kehidupan usia lanjut agar mencapai masa tua yang bahagia dan berdaya guna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan keberadaannya. Sedangkan tujuan khusus pembentukan posyandu lansia antara lain : 1). Meningkatkan kesadaran para usia lanjut untuk membina sendiri kesehatannya, 2). Meningkatkan kemampuan dan peran serta keluarga dan masyarakat dalam menghayati dan mengatasi kesehatan usia lanjut, 3). Meningkatkan jenis dan jangkauan pelayanan kesehatan usia lanjut, 4). Meningkatkan mutu pelayanan kesehatan usia lanjut. Lansia memiliki lebih banyak masalah kesehatan dan memanfaatkan lebih banyak layanan kesehatan dibanding orang dewasa muda. Mereka kemungkinan jarang mengalami masalah atau cedera akut, tetapi mereka justru lebih mungkin memiliki konsekuensi yang terus-menerus dan mengganggu dan lebih berkemungkinan mengalami masalah kronis yang menyebabkan lebih banyak kunjungan ke dokter atau dirawat di rumah sakit. Layanan kesehatan bagi lansia yang diwadahi melalui posyandu lansia sangat kita perlukan, dimana posyandu lansia ini dapat membantu masyarakat yang berusia lanjut sesuai dengan kebutuhannya dan pada lingkungan yang tepat, sehingga pelayanan kepada lansia dapat lebih optimal. (Ningsih et al. 2022)

Manfaat dari kegiatan Posyandu lansia adalah pengetahuan lansia menjadi meningkat, yang menjadi dasar pembentukan sikap dan dapat mendorong motivasi lansia untuk selalu mengikuti kegiatan posyandu lansia sehingga lebih percaya diri dihari tuanya. Untuk itu keluarga sangat berperan sebagai support system utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya, yaitu dengan melaksanakan pembicaraan terarah tentang pemanfaatan posyandu (Fera Meliyanti and Yulis Marita 2023)

Bentuk pelayanan kesehatan diarahkan pada prinsip bahwa masyarakat bukanlah sebagai objek akan tetapi merupakan subjek dari pembangunan itu sendiri. Pada hakekatnya kesehatan dipolakan mengikutsertakan masyarakat secara aktif dan bertanggung jawab. Keikutsertaan masyarakat dalam meningkatkan efisiensi pelayanan adalah atas dasar terbatasnya daya dan adanya dalam operasional pelayanan kesehatan masyarakat akan memanfaatkan sumber daya yang ada dimasyarakat seoptimal mungkin (Ningsih et al. 2022)

Posyandu Lansia berperan sebagai mitra pemerintah, sebagai fasilitas khusus lansia, sebagai pendukung pemenuhan kebutuhan lansia dan sebagai sarana rekreasi/hiburan. Sebagai mitra pemerintah, Posyandu Lansia merupakan wadah komunikasi dimana masyarakat lanjut usia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial berpartisipasi untuk melaksanakan program pembangunan mulai dari kebijakan pemerintah hingga pelayanan kesehatan bagi lanjut usia yang diwujudkan. Implementasi untuk mencapai peningkatan derajat kesehatan yang optimal. (Barus et al. 2024). Namun nyatanya, pemanfaatan posyandu lansia pada umumnya masih belum optimal. Banyak terdapat warga lansia yang belum secara rutin berpartisipasi di posyandu lansia setempat. Hal ini dapat ditimbulkan oleh beberapa faktor

diantaranya pengetahuan dan sikap lansia terkait posyandu tersebut, dukungan orang sekitar, dan peran kader kesehatan setempat (Yuniati Faiza 2014)

Upaya dalam menurunkan masalah kesehatan pada lansia dengan meningkatkan ketersediaan fasilitas pelayanan lanjut usia melalui Posyandu Lansia. Pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut merupakan wadah kesehatan yang bersumber daya masyarakat yang dilakuk an oleh masyarakat bersama Lembaga Swadaya Masyarakat, lintas sektor pemerintahan, non pemerintah, swasta dan organisasi sosial lainnya (Putri 2018)

2. Kader Posyandu

Kader adalah seorang tenaga sukarela yang di rekrut dari, oleh dan untuk masyarakat, yang bertugas membantu kelancaran pelayanan kesehatan, keberadaan kader sering di kaitkan dengan pelayanan rutin di posyandu. Sehingga seorang kader posyandu harus mau bekerja secara sukarela dan ikhlas, mau dan sanggup melaksanakan kegiatan posyandu, serta mau dan sanggup menggerakkan masyarakat untuk meleksanakan dan mengikuti kegiatan posyandu(Rahmiati and Zurijah 2020)

Dengan terbentuknya kader kesehatan, pelayanan kesehatan yang selama ini dikerjakan oleh petugas kesehatan saja dapat dibantu oleh masyarakat. Dengan demikian masyarakat bukan hanya merupakan objek pembangunan, tetapi juga merupakan mitra pembangunan itu sendiri. Selanjutnya dengan adanya kader maka pesan-pesan yang disampaikan dapat diterima dengan sempurna berkat adanya kader, jelaslah bahwa pembentukan kader adalah perwujudan pembangunan dalam bidang kesehatan. Dukungan dari keluarga merupakan cara untuk memberikanbantuan kepada anggota keluarga lainnya baik dalam bentuk moril maupun material.Bantuan tersebut dapat berupa saran motivasi dan informasi serta dapat berupa bantuan yang nyata.(Barus et al. 2024). Kegiatan Posyandu diharapkan tidak hanya membahas persoalan kesehatan saja, namun juga perlu perluasan peran para kader posyandu dalam aspek-aspek kehidupan lainnya. Seringnya kontak pertemuan antara para kader posyandu dengan masyarakat bisa memberikan pencerahan yang lain mengenai kehidupan bermasyarakat selain membahas masalah kesehatan. Kehidupan manusia ini adalah kehidupan yang kompleks. Kesehatan adalah salah satu aspek kehidupan dan ada banyak aspek-aspek sosial lainnya yang bisa dibahas.

Pada hakikatnya peran kader posyandu, adalah faktor utama yang mendorong lansia untuk mengikuti kegiatan yang dilaksanakan di posyandu lansia. Kader posyandu adalah mereka yang siap, mampu, dan memiliki waktu untuk mengambil bagian dalam kegiatan sukarela yang dilakukan oleh masyarakat Karena peran mereka yang signifikan dalam mempertahankan atau menghilangkan perilaku lanjut usia, kader kesehatan, berdasarkan teori Lawrence Green, adalah salah satu komponen pendukung yang mempengaruhi perilaku kesehatan (Pradika et al. 2024)

Keaktifan kader dideskripsikan sebagai suatu tindakan yang dilakukan oleh kader posyandu yang dimulai sebelum posyandu dilaksanakan, selama kegiatan posyandu berlangsung maupun setelah kegiatan posyandu. Peran kader dalam pelayanan posyandu lansia yaitu melakukan pendaftaran lansia, menimbang lansia, mencatat dalam Kartu Menuju Sehat (KMS), membantu pemeriksaan laboratotium, melakukan penyuluhan serta membuat laporan setelah pelayanan posyandu selesai (Rahmiati and Zurijah 2020)

Apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, dia menjalankan suatu peran. Perbedaan antara kedudukan dengan peran adalah kepentingan suatu ilmu pengetahuan. Keduanya tidak dapat dipisahkan karena saling berhubungan satu sama lain.

Peran kader kesehatan sebagai ujung tombak di bidang kesehatan sudah mulai menurun ditandai dengan pemanfaatan posyandu hanya sebesar 13% dan 14% kategori posyandu

Purnama dan Mandiri . Sehingga kader sebagai agent of Change adalah suatu bagian dari sistem. Mereka adalah orang-orang yang mampu memengaruhi sikap lansia untuk menerima sebuah inovasi Agar posyandu berjalan dengan baik maka perlu dukungan dari kader, kader diharapkan bisa menjadi agent of change. Peran kader sebagai agent of change, dalam upaya pembangunan dapat diwujudkan dengan memberikan dukungan berupa berbagi pelayanan yang meliputi pengukuran tinggi dan berat badan, pengukuran tekanan darah, pengisian KMS (Kartu Menuju Sehat) memberikan penyuluhan atau penyebarluasan informasi kesehatan, menggerakkan serta mengajak usia lanjut untuk hadir dan berpartisipasi dalam kegiatan posyandu lansia karena itulah kader dituntut untuk memiliki kemampuan membina, menuntun serta didukung oleh keterampilan dan berpengalaman.(Ningsih et al. 2022)

Namun, partisipasi lansia dalam mengikuti Posyandu Lansia di Desa Oringbele, Kec. Witihama, Kab. Flores Timur masih tergolong rendah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya Posyandu Lansia, dan kurangnya pengetahuan tentang manfaat yang dapat diperoleh dari Posyandu Lansia dan juga akses jalan dari rumah warga ke tempat posyandu tergolong lumayan jauh.

Kader Posyandu Lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan partisipasi lansia dalam mengikuti Posyandu Lansia. Kader Posyandu Lansia bertugas untuk melakukan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya Posyandu Lansia, serta membantu lansia dalam mengakses pelayanan kesehatan di Posyandu Lansia.

METODE

Metode yang digunakan dalam Penelitian ini adalah Pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan Sosialisasi Pentingnya Posyandu bagi warga Lanjut Usia dan peran kader dalam Posyandu. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan di Gedung Posyandu Oringbele, Desa Oringbele, Kecamatan Witihama, Kabupaten Flores Timur. Sasaran dari kegiatan Pengabdian ini adalah Warga Lanjut Usia (Lansia) dan para Kader Posyandu. Pendekatan yang diambil adalah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Posyandu Lansia Oringbele, yang diadakan rutin setiap bulan minggu pertama meliputi pemeriksaan kesehatan seperti penimbangan, cek tekanan darah, suplementasi nutrisi, hingga senam lansia.

Ada tiga tahapan utama dalam pelaksanaan pengabdian ini:

Persiapan: Pada tahap ini, koordinasi dengan kader dan pengurus posyandu dilakukan untuk menyiapkan kebutuhan dan memastikan kegiatan berjalan efisien. Tahapan ini mencakup diskusi terkait jadwal dan persiapan lain yang diperlukan.

Pelaksanaan: Proses ini dimulai dengan pendaftaran lansia, kemudian melanjutkan dengan serangkaian layanan termasuk penimbangan, pemeriksaan tekanan darah, dan diakhiri dengan senam lansia.

Evaluasi: Dalam tahap ini, tim akan mengumpulkan masukan langsung dari para lansia mengenai kualitas layanan. Selain itu, diskusi akan difokuskan pada kendala atau hambatan yang dihadapi selama kegiatan, untuk memastikan perbaikan di kegiatan mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat kesadaran masyarakat tentang pentingnya Posyandu Lansia dan peran kader posyandu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesadaran masyarakat tentang pentingnya Posyandu Lansia di Desa Orinbele masi rendah. Sebagian besar Lansia belum memahami manfaat Posyandu Lansia bagi kesehatan mereka. Hal ini menyebabkan rendahnya tingkat partisipasi masyarakat dalam mengikuti Posyandu Lansia.

Pelaksanaan kegiatan Posyandu di gedung posyandu Oringbele dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia tentu melibatkan petugas kesehatan dari puskesmas Witihama, tenaga kesehatan Desa yaitu 1 perawat, dan satu bidan dan para kader posyandu desa Oringbele. Pelaksanaan posyandu lansia di Desa Oringbele diselenggarakan sebulan sekali. Pelaksanaan posyandu dilaksanakan di gedung posyandu lansia. Kegiatan posyandu lansia ini dapat meningkatkan kesehatan masyarakat khususnya para lansia dan memberikan fasilitas kepada lansia untuk lebih berdaya guna dalam kehidupannya. Hal ini karena lansia sebagai orang yang sudah rentan kesehatannya sehingga lebih sulit dalam melakukan aktifitas sehari-hari dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Pelayanan yang diberikan oleh posyandu lansia melalui program pada dasarnya bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup para orang tua yang lebih rentan terhadap penyakit.

Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah terjadi peningkatan lansia dan kader dalam memahami pentingnya posyandu bagi warga lanjut usia dan meningkatkan peran kader dalam memberikan pelayanan kesehatan pada Lansia dan mempraktekan senam lansia. Tim Pengabdian kepada masyarakat memberikan kontribusi dalam memberikan edukasi terkait pentingnya posyandu lansia bagi warga lanjut usia dan peran kader dalam memberikan pelayanan kesehatan bagi lansia

Kader Posyandu Lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas pelayanan Posyandu Lansia. Kader Posyandu Lansia bertugas untuk : Mengundang dan memotivasi Lansia untuk menghadiri Posyandu Lansia. Membantu petugas kesehatan dalam melaksanakan kegiatan Posyandu Lansia. Memberikan edukasi kepada lansia tentang kesehatan dan perilaku hidup sehat. Mendampingi Lansia dalam mengakses layanan kesehatan dan menyelesaikan masalah kesehatan.

Pelaksanaan hasil dan pembahasan dari kegiatan pengabdian ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Sosialisasi pentingnya posyandu bagi warga lanjut usia dan peran kader dalam posyandu lansia

Kegiatan pertama dalam pengabdian ini adalah Sosialisasi yang dilaksanakan pada Rabu, 17 April 2024, oleh Mahasiswa KKN Unika dan tenaga kesehatan puskesmas Witihama. Sosialisasi ini dimulai dari penjelasan definisi posyandu lansia, pentingnya posyandu bagi warga lanjut usia, dan peran kader dalam posyandu lansia. Sosialisasi ini dihadiri oleh para Lansia, kader posyandu, dan tenaga kesehatan posyandu di Desa Oringbele.

Kegiatan sosialisasi Kesehatan mengenai pentingnya ikut posyandu lansia telah terlaksana dengan baik, hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan oleh sasaran. Hasil pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi pentingnya mengikuti posyandu lansia dengan metode tanya jawab dan media poster pada responden pra lansia dan lansia mengalami peningkatan. Disimpulkan bahwa karena adanya sosialisasi pentingnya ikut posyandu lansia yang sudah dilakukan kepada sasaran lansia, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya lansia tentang pentingnya posyandu lansia.

Setelah kegiatan intervensi sosialisasi tentang pentingnya ikut posyandu lansia dilakukan, maka rekomendasi yang bisa diberikan adalah agar warga Desa Oringbele secara rutin ikut posyandu lansia sebulan sekali agar dapat melakukan cek Kesehatan agar terdeteksi secara dini penyakit yang dialami serta bisa dilakukan tindak lanjut apabila penyakit terdeteksi agar mencegah terjadinya komplikasi.



Gambar 1: kegiatan sosialisasi

2. Mekanisme Pelayanan Program Posyandu oleh Kader Posyandu.

Pelayanan memberikan tambahan oleh Posyandu dalam hal kesehatan lanjut usia setiap bulannya dalam mengadakan penimbangan berat badan, pengobatan lanjut usia yang sakit, penyuluhan kesehatan lanjut usia, Pemeriksaan Hipertensi pada Lansia, Pelaksanaan posyandu lansia berlangsung setiap sebulan sekali dengan jumlah 10 orang kader. Posyandu memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap masyarakat untuk mendapatkan pelayanan kesehatan secara terpadu yang mudah dijangkau.

Tahapan Pelayanan Program Posyandu yang dimonitori oleh Kader Posyandu

a) Tahapan Pendaftaran

Pada meja pendaftaran peran kader posyandu adalah mencatat data lanjut usai yang datang ke posyandu, yaitu nama dan umur lansia. Buku catatan ini akan menggambarkan kehadiran lanjut usia selama posyandu dilaksanakan. Berdasarkan buku catatan tersebut dapat diketahui oleh lansia yang aktif dan yang tidak aktif mengikuti posyandu setiap bulannya di Posyandu Oringbele.



Gambar 2: Tahapan pendaftaran

b) Tahapan penimbangan

Setelah melakukan pendaftaran, kemudian lansia akan di timbang oleh kader posyandu. Penimbangan berat badan merupakan kegiatan rutin posyandu yang berfungsi mamantau berat badan lanjut usia yang dilaksanakan setiap bulannya. b) Tahapan penimbangan



Gambar 3: Tahapan penimbangan

c) Tahapan Penyuluhan

Pada tahap ini, kader posyandu memberikan informasi yang penting kepada lansia. Penyuluhan dilakukan dengan meminta KMS lansia dengan memperhatikan umur dan hasil penimbangan pada bulan ini, selanjutnya lansia atau pendampingnya akan diberikan penyuluhan. Informasi diberikan dapat berupa masalah-masalah gizi atau upaya peningkatan status gizi.



Gambar 4 : Tahapan penyuluhan

d) Tahap pelayanan

Tahap ini dilakukan langsung oleh tenaga kesehatan. Namun fungsi kader disini hanya melakukan pendampingan kepada lanjut usia yang biasanya tidak mampu memberikan penjelasan kepada pihak kesehatan ketika ada pertanyaan.



Gambar 5 : Tahap Pelayanan

e).Pemeriksaan Hipertensi oleh petugas Kesehatan

Angka kematian karena hipertensi di Indonesia sangat tinggi. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai di masyarakat. Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas normal, yaitu 140/90 mmHg. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Balitbangkes tahun 2017 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7% (Kemenkes RI, 2019). Gejala-gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lainnya.(E. R. Dewi et al. 2021)

Pemeriksaan hipertensi secara rutin sangat penting bagi lansia. Deteksi dini dan pengobatan hipertensi membantu mencegah komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Menjaga tekanan darah stabil memungkinkan lansia menjalani hidup aktif dan mandiri lebih lama. Pemeriksaan rutin memberikan kepastian kepada lansia tentang kondisi kesehatannya. Meminimalisir kecemasan dan kekhawatiran terhadap penyakit hipertensi.



Gambar 6 : Pemeriksaan Hipertensi oleh tenaga kesehatan

Peran Posyandu dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia di Gedung Posyandu Oringbele. Peran kader Posyandu adalah bagian vital dalam meningkatkan partisipasi lanjut usai untuk ikut program Posyandu. Oleh karena itu, dalam hal ini akan dijelaskan seperti apa peran kader posyandu. Berdasarkan hasil pengabdian, ada 3 (tiga) peran kader posyandu yaitu: sosialisasi, penyuluhan, dan pendampingan. Dalam kegiatan posyandu, banyak komponen yang terlihat baik secara langsung. Pada dasarnya setiap masyarakat berperan dalam mengikuti kegiatan program posyandu, seperti penimbangan, konsultasi kesehatan, gizi, dan pemeriksaan kesehatan. Namun demikian, tingkat keberhasilan program posyandu akan sangat tergantung kepada ketercapaian tujuan pelaksanaan di lapangan. Terlihat dari sejauh mana penerimaan masyarakat terhadap kegiatan posyandu, akan di pengaruhi oleh ketepatan sasaran program posyandu. Berhasilnya pelaksanaan program posyandu sangat tergantung pula dari peran masyarakat dalam mengelola dan memanfaatkan fasilitas di posyandu.



Gambar 7 : Pendampingan kader

Proses Pelaksanaan Posyandu Lansia dalam penelitiannya menyatakan bahwa posyandu lansia memiliki tujuan untuk meningkatkan tingkat kesehatan dan kualitas hidup agar lansia mencapai masa tua yang bahagia dan bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat sesuai dengan peran mereka dalam struktur sosial. Lansia sendiri perlu menyadari pentingnya kesehatan bagi diri mereka sendiri, keluarga, dan masyarakat secara umum, sehingga mereka dapat tetap mandiri dan bermanfaat selama mungkin. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan layanan kesehatan bagi lanjut usia di Posyandu. Untuk memberikan pelayanan kesehatan dan sosial yang terbaik bagi lanjut usia, diperlukan persiapan yang matang, pelaksanaan yang tepat dan tepat waktu, serta pengendalian yang akurat. Proses pelaksanaan kegiatan di posyandu lansia Oringbele sudah menerapkan sistem pelayanan 5 meja sesuai dengan buku Pedoman untuk Puskesmas dalam Penyelenggaraan Kegiatan Kesehatan Lanjut Usia di Posyandu Lansia. Kegiatan ini diawali dengan senam bersama kader dan petugas kesehatan lalu dilanjutkan dengan kegiatan inti yaitu pemeriksaan kesehatan. Sebelum hari pelaksanaan posyandu, kader menyebarluaskan informasi tentang hari pelaksanaan posyandu, mempersiapkan tempat pelaksanaan posyandu, mempersiapkan sarana prasarana posyandu, berkoordinasi dengan petugas kesehatan. Sedangkan pada hari pelaksanaan posyandu, kader melaksanakan pendaftaran pengunjung posyandu lansia, melaksanakan pengukuran tinggi badan dan berat badan, mencatat hasil pengukuran di buku kesehatan lansia dan mengisi buku register posyandu, dan membantu petugas kesehatan memberikan pelayanan sesuai kewenangannya.

3.PELAKSANAAN SENAM LANSIA UNTUK PENINGKATAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Senam lansia adalah serangkaian gerak nada yang teratur dan terarah serta terencana yang diikuti oleh orang lanjut usia dalam bentuk latihan fisik yang berpengaruh terhadap kemampuan fisik lansia. Aktifitas olahraga ini akan membantu tubuh agar tetap bugar dan tetap segar karena melatih tulang tetap kuat dan membantu menghilangkan radikal bebas yang berkeliaran dalam tubuh(Rahmiati and Zurijah 2020)

“ Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Pelaksanaan Senam Lansia untuk Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Oringbele Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur ” bertepatan dengan pelaksanaan Posyandu Lansia di Desa Oringbele, dapat terlaksana dengan baik. Para Lansia sangat antusias mengikuti senam lansia.

Penutup dan Evaluasi Kegiatan Kegiatan pengabdian ditutup. Output yang diperoleh dari kegiatan ini adalah para lansia peserta kegiatan pengabdian ini menjadi lebih paham dan lebih tahu tentang manfaat senam lansia untuk kualitas hidup lansia. Peningkatan kualitas hidup secara mental yang diperoleh melalui aktivitas fisik ialah mengurangi stres, meningkatkan rasa antusias dan rasa percaya diri, serta mengurangi kecemasan dan depresi seseorang terkait

dengan penyakit yang dialaminya. Senam yang dilakukan oleh lansia telah menunjukkan terjadi peningkatan skor kualitas hidup rata-rata, sehingga menunjukkan adanya pengaruh signifikan senam bugar lansia terhadap kualitas hidup penderita hipertensi (E. R. Dewi et al. 2021)



Gambar 8 : kegiatan senam bersama para Lansia

KESIMPULAN

Posyandu lansia merupakan salah satu wadah kesehatan bagi lansia yang sangat bermanfaat bagi lansia khususnya. Kegiatan ini selayaknya harus ada di setiap dusun pedesaan karena keberadaannya dapat memfasilitasi lansia untuk mendeteksi secara dini gangguan kesehatan yang muncul seiring dengan bertambahnya usia mereka. Kegiatan ini juga bermanfaat guna memberdayakan masyarakat setempat guna meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan berbasis masyarakat dengan memanfaatkan potensi warga setempat sebagai kader kesehatan posyandu lansia. Posyandu lansia yang telah terbentuk ini, hendaknya dapat dilakukan secara rutin sebulan sekali sehingga sehingga dapat senantiasa memfasilitasi kesehatan lansia. Selain itu juga perlu adanya dukungan yang optimal dari puskesmas setempat untuk keberlangsungan posyandu lansia.

Posyandu Lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan lansia. Peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya posyandu lansia dan peran kader dalam meningkatkan kualitas pelayanan posyandu lansia diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan lansia di desa oringbele, kecamatan witihamas, kabupaten flores timur

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan judul "Meningkatkan Kesadaran Masyarakat tentang Pentingnya Posyandu Lansia dan Peran Kader dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan di Desa Oringbele Kecamatan Witihamas Kabupaten Flores Timur" dapat terlaksana dengan lancar dan sukses.

Melalui kesempatan ini, kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung kelancaran pelaksanaan PKM ini. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

Pemerintahan Desa Oringbele yang telah memberikan izin dan dukungan penuh terhadap pelaksanaan PKM ini.

Para Kader Posyandu Lansia Desa Oringbele yang telah berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini.

Seluruh Masyarakat Desa Oringbele yang telah bersedia menjadi peserta dalam kegiatan PKM ini.

Tanpa bantuan dan dukungan dari semua pihak, PKM ini tidak mungkin terlaksana dengan baik. Semoga PKM ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat Desa Oringbele dalam meningkatkan kesadaran tentang pentingnya Posyandu Lansia dan peran kader dalam meningkatkan kualitas pelayanan.

Kami menyadari bahwa dalam pelaksanaan PKM ini masih terdapat kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu, kami mohon maaf atas segala kekurangan dan kelemahan tersebut.

Akhir kata, kami ucapkan terima kasih sekali lagi kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung kelancaran pelaksanaan PKM ini. Semoga Allah SWT membalas kebaikan kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Fredy, Darmiati Darmiati, Farmin Arfan, and Andi Ainun Zanzadila Putri. 2021. "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abdidas* 2(2):392–97. doi: 10.31004/abdidas.v2i2.282.
- Barus, Lydia Br, Juniar Alpina, Br Sitorus, and Novitri Adelia Sipayung. 2024. "Penyuluhan Manfaat Posyandu Lansia Di Desa Ujung Labuhan Kecamatan Namorambe." 5(4):7786–89.
- Dewi, Erika Untari, Ni Putu Widari, Aristina Halawa, Tikky Dea Amalia, , Hastotanoyo, and Dimas Widjanarko. 2021. "Pendidikan Kesehatan Pentingnya Posyandu Lansia." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(1):29–35. doi: 10.47560/pengabmas.v2i1.281.
- Dewi, Eva Ratna, Eka Falentina Tarigan, Nur Azizah, Mastaida Tambun, Titi Septriyana, and Wita Nancy Sinaga. 2021. "Pelaksanaan Senam Lansia Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Lansia." *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)* 4:440–44. doi: 10.37695/pkmsr.v4i0.1208.
- Ewys, Chaliza bebbby, Kiswanto Kiswanto, Jasrida Yunita, Mitra Mitra, and Kamali Zaman. 2021. "Factors Associated with Active Aging at Payung Sekaki Health Center Pekanbaru City." *Jurnal Kesehatan Komunitas* 7(2):208–13. doi: 10.25311/keskom.vol7.iss2.927.
- Fera Meliyanti, and Yulis Marita. 2023. "Determinan Rendahnya Kunjungan Posyandu Lansia." *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja* 8(2):198–205. doi: 10.52235/cendekiamedika.v8i2.263.
- Fiqri Putra Bafelanna, and Sri Wahyuni. 2021. "EFEKTIVITAS PROGRAM POSYANDU LANSIA (Studi : Posyandu 'Sehat Ceria' Kelurahan Medokan Semampir Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya)." *Aplikasi Administrasi: Media Analisa Masalah Administrasi* (2000):123–30. doi: 10.30649/aamama.v24i2.124.
- Masturi, Hasanawi, Asyrafinafilah Hasanawi, and Adib Hasanawi. 2021. "Jurnal Inovasi Penelitian." *Jurnal Inovasi Penelitian* 1(10):1–208.
- Ningsih, Eka Sarofah, Siti Aisyah, Eva Nur Rohmah, and Kaka Nur Saida Sandana. 2022. "Peningkatan Peran Kader Dalam Posyandu Lansia." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 2(1):191–97.
- Nuzulia, Atina. 2019. "Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesejahteraan Para Lansia." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 6(43):5–24.
- Pradika, Dita Mei, Nazera Nur Utami, Hastin Trustisari, Program Studi, S. Kesejahteraan, Fakultas Bisnis, Ibu Kota Jakarta, Dita Mei Pradika, Nazera Nur Utami, and Hastin Trustisari. 2024. "Peningkatan Peran Kader Posyandu Lansia Dalam Memberikan Pengetahuan Kesehatan Lansia Di Desa Cijangang Increasing the Role of Elderly

- Posyandu Cadres in Providing Elderly Health Knowledge in Cijagang Village.” 8(2):277–85. doi: 10.30595/jppm.v8i2.21271.
- Putri, Mindianata. 2018. “Faktor Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Niat Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Lansia.” *Jurnal Promkes* 6(2):213–25.
- Rahmiati, Cut, and Tjut Irma Zurijah. 2020. “Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah.” *Jurnal Penjaskesrek* 7(1):15–28.
- Yuniati Faiza, Dewi Yustina. 2014. “Pemanfaatan Posyandu Lanjut Usia.” *Jurnal Kesehatan Politeknik Kesehatan Palembang* 1:30–33.