

PENINGKATAN KAPASITAS KADER POSYANDU LANSIA DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Elisabeth Iswantiningsih¹⁾

Email : ei.iswantiningsih@gmail.com

Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta

Sumarti Endah Purnamaningsih Maria Margaretha^{2)*}

Email : sumartiendah@gmail.com

Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta

*Corresponding: sumartiendah@gmail.com

ABSTRAK

Posyandu Lansia merupakan salah satu bentuk layanan kesehatan yang ditujukan untuk memantau dan meningkatkan kesejahteraan serta kualitas hidup lansia di masyarakat. Kader posyandu, yang terdiri dari anggota masyarakat, berperan penting dalam pelaksanaan kegiatan Posyandu Lansia. Peningkatan kapasitas kader posyandu sangat dibutuhkan agar mereka mampu memberikan pelayanan yang efektif, mendukung pencegahan penyakit, promosi kesehatan, dan pemantauan status kesehatan lansia. Artikel ini membahas upaya peningkatan kapasitas kader posyandu lansia serta dampaknya terhadap kualitas hidup lansia di masyarakat.

Kata Kunci: Posyandu Lansia, Kader Posyandu, Peningkatan Kapasitas, Kualitas Hidup, Lansia.

ABSTRACT

Posyandu for the Elderly is a form of health service aimed at monitoring and improving the welfare and quality of life of the elderly in the community. Posyandu cadres, consisting of community members, play an important role in implementing Posyandu for the Elderly activities. Increasing the capacity of Posyandu cadres is urgently needed so that they are able to provide effective services, support disease prevention, health promotion, and monitoring the health status of the elderly. This article discusses efforts to increase the capacity of Posyandu cadres for the elderly and their impact on the quality of life of the elderly in the community.

Keywords: Posyandu for the Elderly, Posyandu Cadres, Capacity Building, Quality of Life, Elderly.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk lansia di Indonesia semakin meningkat seiring dengan peningkatan angka harapan hidup dan penurunan angka kelahiran. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS)

tahun 2020 menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia terus bertambah setiap tahunnya, yang tentunya berimplikasi pada meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan bagi kelompok usia ini. Posyandu Lansia hadir sebagai salah satu bentuk layanan

Elisabeth Iswantiningsih dkk : Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia

yang berfokus pada kesehatan dan kesejahteraan lansia di lingkungan masyarakat. Untuk menjamin keberhasilan program ini, kader posyandu memegang peranan penting karena mereka bertanggung jawab dalam memberikan pelayanan langsung kepada lansia.

Namun, tantangan yang sering dihadapi adalah terbatasnya pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan kapasitas kader posyandu lansia agar mereka dapat menjalankan perannya secara lebih efektif. Peningkatan kapasitas ini diharapkan dapat mendukung upaya peningkatan kualitas hidup lansia di masyarakat.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan kader posyandu lansia, tenaga kesehatan, dan lansia yang menjadi penerima layanan posyandu. Observasi langsung juga dilakukan pada beberapa kegiatan Posyandu Lansia di berbagai wilayah untuk memahami implementasi program yang ada serta mengidentifikasi hambatan dan kebutuhan peningkatan kapasitas kader. Analisis dilakukan dengan membandingkan hasil kegiatan posyandu sebelum dan sesudah adanya intervensi peningkatan kapasitas kader.

Hasil dan Pembahasan

1. Peran Kader Posyandu dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia

Kader posyandu berperan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di tingkat komunitas. Mereka melakukan tugas seperti pengukuran berat badan, tekanan

darah, skrining kesehatan dasar, hingga pemberian konseling terkait pola hidup sehat. Kader juga membantu tenaga medis dalam melaksanakan kegiatan pemeriksaan kesehatan yang lebih kompleks, seperti deteksi dini penyakit kronis (hipertensi, diabetes, dll.).

Peran kader posyandu yang optimal dapat membantu lansia lebih sadar akan pentingnya kesehatan, memfasilitasi akses ke layanan kesehatan, serta mendorong penerapan gaya hidup sehat. Dengan demikian, keterlibatan kader posyandu yang berkualitas berpotensi besar dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Kebutuhan Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu

Kader posyandu berasal dari masyarakat umum, sehingga banyak dari mereka yang tidak memiliki latar belakang pendidikan kesehatan formal. Hal ini menyebabkan keterbatasan dalam pengetahuan medis dan keterampilan teknis dalam menjalankan tugasnya. Berdasarkan hasil wawancara, kader posyandu seringkali menghadapi tantangan dalam mengidentifikasi masalah kesehatan lansia, memberikan edukasi yang efektif, serta merujuk kasus-kasus yang memerlukan penanganan lebih lanjut.

Peningkatan kapasitas kader dapat dilakukan melalui beberapa strategi, seperti:

- **Pelatihan dan Edukasi Berkala:** Kader posyandu perlu dilatih secara rutin tentang isu-isu kesehatan lansia, pencegahan penyakit kronis, serta teknik dasar pemeriksaan kesehatan.
- **Penguatan Kemitraan dengan Tenaga Medis:** Kader perlu didukung dengan pendampingan

dari tenaga kesehatan profesional agar mereka lebih percaya diri dalam menjalankan tugasnya.

- **Penggunaan Teknologi Informasi:** Penggunaan aplikasi atau alat bantu digital dapat membantu kader dalam mencatat data kesehatan lansia dan memantau perkembangan kesehatan secara lebih efektif.

3. Dampak Peningkatan Kapasitas Kader terhadap Kualitas Hidup Lansia

Kualitas hidup lansia sangat dipengaruhi oleh kesehatan fisik, mental, dan sosial mereka. Peningkatan kapasitas kader posyandu dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap tiga aspek tersebut. Kader yang terlatih mampu melakukan deteksi dini terhadap masalah kesehatan, memberikan konseling terkait nutrisi dan gaya hidup, serta mendorong lansia untuk tetap aktif dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial.

Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah adanya program peningkatan kapasitas, terjadi peningkatan signifikan dalam kehadiran lansia di Posyandu serta peningkatan kualitas layanan yang diberikan. Lansia yang terlibat dalam kegiatan Posyandu juga melaporkan peningkatan dalam kebiasaan hidup sehat, penurunan tingkat stres, serta meningkatnya interaksi sosial dengan sesama lansia.

Kesimpulan

Peningkatan kapasitas kader Posyandu Lansia merupakan langkah strategis untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di masyarakat. Kader yang terlatih tidak hanya mampu memberikan pelayanan kesehatan yang lebih baik, tetapi juga dapat berperan sebagai agen perubahan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan

lansia. Oleh karena itu, dukungan dari pemerintah dan tenaga kesehatan dalam upaya peningkatan kapasitas kader sangat diperlukan untuk keberlanjutan program Posyandu Lansia.

Rekomendasi

Untuk memaksimalkan dampak positif program Posyandu Lansia, beberapa rekomendasi yang dapat diambil adalah:

1. Melakukan pelatihan kader secara berkesinambungan.
2. Memperkuat sinergi antara Posyandu Lansia dan fasilitas kesehatan formal.
3. Mengembangkan modul pelatihan berbasis teknologi yang mudah diakses oleh kader.
4. Melibatkan lansia secara aktif dalam kegiatan edukasi dan promosi kesehatan.

Dengan strategi-strategi ini, diharapkan Posyandu Lansia dapat menjadi garda terdepan dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- **Kemendes RI. (2017). Pedoman Pengembangan Posyandu Lansia.** Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- **World Health Organization. (2015). World Report on Ageing and Health.** Geneva: WHO.
- **Nugraha, R. A., & Dewi, Y. (2019). Peran Kader Posyandu dalam Peningkatan Kesehatan Lansia di Wilayah Perkotaan.** *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 112-118.
- **Susilowati, R., & Wulandari, A. (2018). Efektivitas Pelatihan Kader Posyandu Lansia Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Pelayanan**

Elisabeth Iswantiningsih dkk : Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia

Lansia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 10(1), 45-50.

• **Arifin, E. N., & Ananta, A.** (2019). **The Future of Aging in Indonesia.** *Asian Population Studies*, 15(2), 125-145.

• **Pratiwi, S., & Hartono, T.** (2020). **Strategi Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Lansia melalui Pelatihan Berbasis Komunitas.** *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(3), 34-41.

• **Depkes RI.** (2016). **Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu.** Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

• **Soewondo, P., & Widiastuti, T.** (2017). **Peran Kader dalam Program Posyandu Lansia untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia.** *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 11(1), 63-68.