JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT ALMARISAH (JPMA)
Halaman Jurnal: https://jurnalalmarisah.stifa.ac.id

BIDAN PEDULI KESEHATAN LANSIA DI POSYANDU PURING 2 JL FLAMBOYAN BARAT RT03 RW 02 KEL MATTOANGIN KEC MARISO KOTA MAKASSAR TAHUN 2024

Hafsah[1*], Husnul Hatimah[2], Ari Handayani[3], Endang Sulistyowati[4], Nurul Fitrahminarsih N[5], Nirwana[6]

[1,2,3,4,5,6] *Prodi D3 Kebidanan, Universitas Almarisah Madani, Sulawesi Selatan, Indonesia*

A R T I K E L I N F O

Kata Kunci:
Posyand,,Bidan,Lansia,pemeriksaan kesehatan.

A B S T R A K

Kegiatan Posyandu lansia yang dilaksanakan tanggal 31 mei 2024 di PosYandu Puring2 JL Flamboyan Barat RT03 RW02 Kel Mattoangin Kec, Mariso Kota Makssar, kegiatan cek kesehatan dilakukan dengan assessment awal berupa cek tekanan darah,cek asam urat,dan pemeriksaan gula darah dan menanyakan keluhan lansia oleh team Bidan dibantu kader posyandu dan KB. Kegiatan dilanjutkan dengan pembinaan oleh Bidan kepada lansia dan keluarga mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan cek rutin ke posyandu, kepedulian keluarga dan motivasi kepada lansia dibutuhkan oleh setiap keluarga Lansia, Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan bekerjasama dengan kader posyandu lansia. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian penyuluhan Perilaku Hidup

Keywords:
Posyandu, midwife, elderly, health check.

A B S T R A C T

Elderly Posyandu activities carried out on May 31, 2024 at Pos Yandu Puring2 JL Flamboyan barat RT03 RW02 Kel mattoangin Kec, Mariso Makassar city, health check activities are carried out with an initial assessment in the form of blood pressure checks, uric acid checks, and blood sugar checks and asking elderly complaints by the Midwife team assisted by posyandu and KB cadres. The activity continued with coaching by midwives to the elderly and families about the importance of maintaining health and regular checks to the posyandu, family care and motivation for the elderly needed by every family. with the Elderly, This community service activity is carried out in collaboration with elderly posyandu cadres. The method used is by providing counseling on Living Behavior

**Corresponding authors.*
E-mail addresses: r3achahafsah@gmail.com

Received 21 Agustus 2024; *Accepted* 30 Agustus 2024
Available online 30 Agustus 2024; *Published* 30 Agustus 2024
ISSN 2963-4636 (Online)
@2024. Dipublikasikan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM), Universitas Almarisah Madani Makassar.

PENDAHULUAN

Proporsi penduduk lanjut usia (lansia) yang semakin besar membutuhkan perhatian dan perlakuan khusus dalam pelaksanaan pembangunan. Usia 60 tahun ke atas merupakan tahap akhir dari proses penuaan yang memiliki dampak terhadap tiga aspek, yaitu biologis, ekonomi, dan sosial. Secara biologis, lansia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus yang ditandai denganpenurunan daya tahan fisik dan rentan terhadap serangan penyakit. Secara ekonomi, umumnya lansia lebih dipandang sebagai beban daripada sumber daya. Secara sosial, kehidupan lansia sering dipersepsikan secara negatif, atau tidak banyak memberikan manfaat bagi keluarga dan masyarakat.

Keluarga merupakan sumber perawatan utama bagi lansia dikomunitas. Penggunaan sumber daya yang ada dikomunitas antara lain adalah pelayanan kesehatan atau organisasi masyarakat yang bergerak di bidang lansia. Salah satu pelayanan kesehatan di masyarakat adalah posyandu lansia. Melalui Posyandu lansia diharapkan dapat membantu dalam pemeliharaan kesehatan lansia,salah satunya adalah pemeriksaan kesehatan secara berkala, seperti tekanan darah, pemeriksaan gula darah sewaktu,pemeriksaan kolesterol, dan lain-lain.

Melalui Pengabdian Masyarakat, Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Almarisa Madani yang terdiri dari dosen fakultas kesehatan jurusan kebidanan mengadakan kegiatan Pemberdayaan Posyandu Lansia Untuk Peningkatan Taraf Hidup Lansia.Kegiatan yang telah dilakukan oleh tim antara lain : pendampingan materi penyakit serta pemeriksaan kesehatan secara gratis. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan lansia menjadi sadar akan pentingnya pemeriksaan berkala.

Kegiatan ini akan dilaksanakan sebagai perigatan hari lansia yang jatuh pada tanggal 29 Mei 2024 dirangkaikan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan tanggal 31 Mei 2024 di di Pos Yandu Puring2 JL Flamboyan barat RT03 RW02 Kel mattoangin Kec, Mariso kota Makssar, dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah,asam urat, senam lansia,diharapkan peningkatan pengetahuan lansia tentang permasalan kesehatan lansia, PHBS lansia dan program kreatifitas lansia. Para peserta yang terdiri dari lansia, pra lansia, dan kader sangat antusias dalam mengikuti acara ini.

Lansia adalah suatu proses terjadi secara alami pada setiap individu dimana dalam setiap proses ini terjadi perubahan fisik maupun mental yang akan berpengaruh pada berbagai fungsi dan kemampuan tubuh yang pernah dimiliki oleh setiap manusia.Proses menua setiap manusia atau individu pada organ tubuhnya berbeda-beda, hal itu benar diketahui, tetapi ada yang mengatakan itu disebabkan oleh hormon setiap individu. Lansia bukan suatu penyakit menua bukanlah suatu penyakit tetapi merupakan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari luar maupun dari dalam tubuh.

Dalam prosesnya menuanya seseorang atau dikenal dengan Lansia, lansia mengalami perubahan-perubahan baik perubahan fisik pada sistem-sistem tubuh dan juga pada mental maupun psikologis Fisik pada lansia akan terjadi perubahan yang terjadi pada lansia erat kaitannya dengan perubahan psikososialnya. Pengaruh yang muncul akibat berbagai perubahan pada lansia tersebut jika tidak teratasi dengan baik, cenderung akan mempengaruhi kesehatan lansia secara menyeluruh.

Menurut penelitan Pada kurun waktu 10 tahun terakhir terjadi peningkatan populasi lansia di Indonesia. Akibatnya bisa menimbulkan peningkatan permasalahan lansia khususnya masalah gizi dan kesehatan karena terjadi peningkatan penyakit degeneratif utamanya penyakit jantung koroner, hipertensi, diabetes mellitus. bertambahnya jumlah lansia yang mengalami obesitas, di samping juga masih bermunculan kasus gizi kurang dan penyakit infeksi seperti anemia. Upaya yang sudah dilakukan oleh pemerintahan untuk Upaya peningkatan kesehatan lansia dengan penyakit kronis adalah

melaluipromosi kesehatan tentang peningkatan gaya hidup sehat sehari-hari. Gaya hidup sehat yang harus diterapkan oleh lansia dengan penyakit kronis adalah: melakukan beberapa program latihan atau olah raga secara rutin, diet yang sehat dengan pembatasan asupan garam, lemak ataupun kolesterol.Tidak merokok dan tidak menkomsumsi minuman atau makanan yang mengandung alcohol, kafein, menghindari stress dan upaya melakukan control kesehatan secara rutin minimal dilakuakan setiap bulan

Lansia membutuhkan pemeliharaan kesehatan, komunikasi aktif, sosialisasi dengan teman , pengembngan intelektual, serta hubungan yang stabil dalam kehidupan. Dan peran keluarga sangat membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar tersebut, mencapai kehidupan lansia yang baik

METODE

Lansia membutuhkan pemeliharaan kesehatan, komunikasi aktif, sosialisasi dengan teman pengembngan intelektual, serta hubungan yang stabil dalam kehidupan. Dan peran bidan selaku mitra kesehatan di masyarakat sangat membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar tersebut, mencapai kualitas hidup lansia yang baik. Kualitas hidup disini meliputi kesehatan fisik, keadaan psikologis, kemandirian yang baik,hubungan sosial, kepercayaan diri yang sesuai dengan lingkungan tempat tinggalnya.

Metode kegiatan yang akan digunakan dalam kegiatan Sosialisasi tentang PBHS dan kegiatan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah dan pemeriksaan asam urat.

Alat-alat yang digunakan untuk sosialisai :

1. Brosur tentang pentingnya menjaga kesehatan lansia
2. Microfon

Alat-alat yang digunakan untuk pemeriksaan kesehatan pada lansia:

1. Tensimeter adalah alat pengukur tekanan darah
2. Easy touch gcu device alat pengukur gula darah dan asam urat
3. Kertas dan ballpoint

Kegiatan dimulai dengan pemberian ceramah tetang pentingnya menjaga kesehatan lansia dilanjutkan dengan melakukan senam lansia . dilanjutkan pemberian makanan bergisi kemudian di lakukan pemeriksaan kesehatan yaitu mengukur tekananan darah,gula darah dan asam urat.kegiatan ini juga melakukan pendekatan melalui metode partisipatif terhadap tokoh masyarakat setempat untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam usaha promosi tentang pentingnya kesehatan lansia.

HASIL

Kegiatan dimulai dengan pemberian ceramah tetang pentingnya menjaga kesehatan lansia dilanjutkan dengan melakukan senam lansia . dilanjutkan pemberian makanan bergisi kemudian di lakukan pemeriksaan kesehatan yaitu mengukur tekananan darah,gula darah dan asam urat.kegiatan ini juga melakukan pendekatan melalui metode partisipatif terhadap tokoh masyarakat setempat untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam usaha promosi tentang pentingnya kesehatan lansia

Tabel 1 : Uraian Kegiatan Pengabdian

Uraian Kegiatan	Keterangan
Tema Kegiatan	BIDAN PEDULI KESEHATAN LANSIA
Tim Pelaksana	Dosen D3 Kebidanan
Waktu Kegiatan	Rabu, 13 Mei 2024
Sasaran Kegiatan	Warga masyarakat JL Flamboyan Barat RT03 RW02 Kelurahan mattoangin Kecamatan mariso Di Kota makassar
Jumlah Peserta	39 Orang

Kegiatan Posyandu lansiayang akan dilaksanakan tanggal 31 mei 2024 di Pos Yandu Puring2 JL Flamboyan barat RT03 RW02 Kel mattoangin Kec, Mariso kota makssar, kegiatan cek kesehatan dilakukan dengan assessment awal berupa cek tekanan darah,cek asam urat,dan pemeriksaan gula darah dan menanyakan keluhan lansia oleh tiem Bidan dibantu kader posyandu dan KB.

Kegiatan dilanjutkan dengan pembinaan oleh Bidan kepada lansia dan keluarga mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan cek rutin ke posyandu, kepedulian keluarga dan motivasi kepada lansia dibutuhkan oleh setiap keluarga.

dengan Lansia, Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan bekerjasama dengan kader posyandu lansia.

Helli Budiawan (2023) Seseorang dengan umur 60 tahun keatas atau biasa disebut lanjut usia (lansia) merupakan proses kehidupan tahap lanjut yang ditandai dengan adanya penurunan kemampuan tubuh dalam melakukan adaptasi pada stres lingkungan. Lansia yang menderita penyakit maupun yang tidak, sama-sama berada pada fase dimana fungsi-fungsi sistem tubuh mengalami penurunan. Dampak dari kondisi tersebut adalah ketidakmampuan lansia dalam melaksanakan aktivitas untuk dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Latihan ROM merupakan latihan yang dapat diberikan pada lansia sehingga lansia bisa mempertahankan atau memperbaiki kemampuannya ketika menggerakkan persendian sehingga terjadi peningkatan massa otot dan tonus otot. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk melatih lansia menggerakkan sendi-sendinya sehingga akan menambah kemampuan otot. Kegiatan ini melibatkan 34 lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Bethania Lembean. Kegiatan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan terlebih dahulu, kemudian melatih dan membantu lansia untuk melakukan garakan-gerakan latihan dengan baik.

Hasil kegiatan ini adalah lansia kooperatif melakukan Latihan ROM. Lansia mengatakan sendi terasa lebih ringan, tidak kaku, dan lebih mudah menggerakan kaki dan tangan.

Arham Junaidi Firman (2023)Lansia merupakan bagian penting dari masyarakat yang perlu diperhatikan dan dilibatkan dalam berbagai kegiatan. Di tengah kehidupan yang semakin modern dan dinamis,banyak lansia yang merasa kesepian dan terabaikan oleh masyarakat, khususnya generasi muda. Berbagai alasan seperti perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi, membuat keterhubungan antara generasi muda dan lansia semakin menurun. Padahal, generasi muda memiliki peran penting dalam membantu meningkatkan kualitas hidup lansia dan membangun kedekatan antar-generasi. Generasi muda sebagai agen perubahan memiliki peran penting dalam membantu meningkatan kualitas hidup lansia.

Gambar 1 : Tim PKM Mengajak lansia untuk mengikuti senam lansia

Sri Puzzi handayani (2023) Hasil dari literature review ini bahwa senam lansia dapat memiliki beberapamanfaat yaitu : manfaat pada fisik dapat meningkatkan kebugaran jasmani, keseimbangan tubuh, pernafasan, dan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Manfaat pada psikologis dapat memperbaiki kualitas tidur, penurunan tingkat insomnia, penurunan tingkat depresi, penurunan tingkat

stres, dan manajemen nyeri serta manfaat sosial dan lingkungan. Melakukan senam lansia 3 kali dalam seminggu dengan durasi minimal 30 menit dan maksimal 40 menit dengan waktu >4 minggu akan lebih efektif mendapatkan banyak manfaatnya kualitas hidup lansiapun akan mengalami peningkatan.

Gambar 2 : Pemeriksaan Kesehatan Lansia

Lailati Romah (2016)Kesehatan merupakan hal yang penting/ sentral demi keberlanjutan kehidupan yang memadai, sehat sendiri memiliki makna dimana keadaan yang sejahtera dan seimbang baik jasmani atau rohani yang memungkinkan seseorang hidup produktif secara sosial maupun ekonomi. Dalam pengertian lain sehat atau kesehatan adalah sumber daya bagi kehidupan dan kegiatan kita sehari-hari. Dengan begini, tak ada alasan bagi mausia untuk tidak menjaga kesehatan nya. Banyak faktor yang dapat mengganggu stabilitas kesehatan, diantara nya kurang nya kesadaran akan penting nya menjaga kesehatan, kurang nya pelayanan kesehatan terhadap masyarakat, kurang terjaganya kebersihan suatu lingkungan sehingga menyebabkan munculnya berbagai virus yang dapat mengganggu system imunitas pada diri seseorang.

Hani wiharja (2024)Demensia merupakan penyakit degeneratif yang secara awam sering disebut kepikunan berupa penurunan kognitif dan fungsional, biasanya terjadi di usia lanjut diatas 60 tahun.

Demensia dapat menyebabkan kemunduran pada daya ingat, penurunan keterampilan fisik, gangguan emosi, dan perubahan perilaku sehingga penderita demensia mengalami gangguan perilaku sehari-hari. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan demensia. Strategi yang direncakan berupa penjajakan kebutuhan yang disampaikan oleh mitra melalui diskusi langsung dari hasil pemeriksaan kesehatan yang dilakukan sejak tahun 2019 dan diskusi adanya kejadian pemicu jemaat usia lansia yang mengalami kepikunan hingga tidak lagi aktif beribadah . Metode pengabdian terdiri dari penyuluhan tentang demensia, skrining status nutrisi, dan pemeriksaan kesehatan dasar mencakup pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan kolestero

Gambar 3 : Penyuluhan Peran serta Keluarga dalam menjaga kesehatan dan kebersihan Lansia

Tabel 1 Daftar pertanyaan edukasi

No	Pertanyaan
1.	Berapakali melakukan pemeriksaan
2.	Makanan sehat untuk lansia
3.	Stadar tekanan darah untuk lansia
4.	Standar Asam Urat untuk lansia
5.	Standar Gula darah untuk lansia
6.	Vitamin yang di komsumsi untuk lansia

Berdasarkan materi yang disampaikan dalam pengelolaan keuangan desa masyarakat dan staf kantor camat cambah wajib mengetahui sistem keuangan desa. Pemerintah desa bertanggung jawab dengan cara transparansi tentang penggunaan alokasi dana desa yang dilakukan. Dengan sistem keuangan desa yang baik tentunya. Pengelolaan yang terstruktur dan lebih tertib dapat dilihat dari indikator pengeloalaan keuangan desa yang jelas dalam perencanaan, pelaksanaan, penatausahaan, pelaporan dan pertanggungjawaban keuangan desa. Kegiatan ini akan mengadakan evaluasi lanjutan untuk melihat tingkat pemahaman masyarakat dan staf Kantor Camat Camba dalam mengelola keuangan desa dengan efektif dan efisien. Tujuanya dari diadakannya kegiatan ini masyarakat dan staf Kantor Camat Camba mendapat pemahaman yang baik tentang pengelolaan keuangan desa yang baik dan handal. Laporan keuangan yang handal akan memudahkan pemerintah dalam mencatat, melaporkan dan mengendalikan arus keuangan desa.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Kebidanan, bekerja sama dengan kader pos yandu Lansia Posyandu Puring 2 JL Flamboyan Barat RT03 RW 02 Kelurahan Mattoangin,Kecamatan Mariso Kota Makassar Untuk mengadakan kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis dengan melakukan pengecekan tekanan darah, gula darah, dan asam urat. Hal ini bertujuan untuk memantau kesehatan lansia dan mendeteksi dini penyakit tidak menular yang mungkin dapat timbul pada lansia tersebut. Kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan posyandu lansia dengan tujuan agar cakupan peserta lansia pada pemeriksaan kesehatan gratis dapat menyeluruh. Selain itu, dengan adanya kegiatan pemeriksaan gratis diharapkan dapat meningkatkan kesadaran lansia terkait pentingnya melakukan pola hidup sehat agar terhindar dari penyakit.

Kesimpulan

Pada akhirnya, kesadaran dari setiap individu untuk menjaga kesehatan dan menyiapkan hari tua dengan sebaik dan sedini mungkin merupakan hal yang sangat penting. Semua pelayanan kesehatan harus didasarkan pada konsep pendekatan siklus hidup dengan tujuan jangka panjang, yaitu sehat sampai memasuki lanjut.

Ucapan Terima Kasih

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehendak Allah Subuhana Wataala sehingga artikel dengan judul “Bidan Peduli kesehatan lansia” dapat terwujud dan Trimakash yang sebesar besarnya

kepada seluruh pihak yang berpartisipasi dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat karena ini dapat terlaksana atas aprtisipasi dan bantuan dari berbagai pihak utamanya kader di Posyandu Puring 2 JL Flamboyan Barat RT03 RW 02 Kelurahan Mattoangin,Kecamatan Mariso Kota Makassar serta masyarakat di sekitarnya.

Daftar Pustaka

- Amalia Y. 2014. Perbedaan kemandirian lansia yang Tinggal di Komunitas dengan di Pelayanan Sosial Lanjut Usia. (Tesis). Jember: Fakultas Kesehatan Masyarakat.Universitas Jember;. Anggraini F. 2008. Hubungan antara Lingkungan dan Status Kesehatan Lansia Binaan Puskesmas Pekayon Jaya Kota Bekasi Tahun 2008 (Skripsi). Jakarta: FKM:UI.
- Aryanto. 2013. Pengaruh antara Gaya Hidup dengan Kualitas Hidup Lansia di Pelayanan Sosial Jakarta. (Skripsi). Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Azwar A. 2007. Pengantar pelayanan dokter keluarga dan Lansia. Jakarta: Yayasan Penerbitan Ikatan Dokter Indonesia.
- Arpan, I., & Sunarti, S. (2017). Faktor Frekuensi Kunjungan Lansia Ke Posyandu Lansia Di Kecamatan Pontianak Timur. Jurnal Vokasi Kesehatan, 3(2), 92. https://doi.org/10.30602/jvk.v3i2.108
- Apriyan, N., Kridawati, A., & W. Rahardjo, T. B. (2020). Hubungan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Kualitas Hidup Pralansia Dan Lansia Pada Kelompok Prolanis. Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS), 4(2), 144–158. https://doi.org/10.52643/jukmas.v4i2.1028
- Herniawanti,H., DKK (2020).Penyuluh personal hagyene pada lanju usia diUPT pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekan Baru
- Juniardi, F. (2013). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Rendahnya Kunjungan Lansia ke Posyandu Lansia di Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi. Welfare State, 2(1). https://media.neliti.com/media/publications/221988-
- Kustantya, N. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia. Jurnal Keperawatan, 4(1), 31–33.https://doi.org/10.22219/jk.v4i1.2378
- Kustantya, N. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Lansia. Jurnal Keperawatan, 4(1), 31–33.https://doi.org/10.22219/jk.v4i1.2378
- Rahayu, R. M., Berthelin, A. A., Lapepo, A., Utam, M. W., Sanga, J. L., Wulandari,I., Sagung Ratu P.S, A. A., & Sulistyowati, Y. (2020). Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Pra Lansia di Puskesmas Sukamulya Tahun 2019.Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS), 4(1), 102–111.https://doi.org/10.52643/jukmas.v4i1.806

Cite this article:Hafsah,Husnul Hatimah,Ari Handayani,Endang Sulistyowati,Nirwana,Nurul Fitrah Minarsih (2024).Bidan Peduli lansia(di Posyandu Puring 2 JL Flamboyan Barat RT03 RW 02 Kelurahan Mattoangin,Kecamatan Mariso Kota Makassar Jurnal Pengabdian Masyarakat Almarisah Madani