

Pemberdayaan Peran Kader Posbindu Dalam Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia berbasis Budaya Di Puskesmas Depok

Mira Asmirajanti¹, Antia², Erwan Baharudin³, Gledys Oksecargra, Khairina Arare, Chairuni Shaliha Nurfitri, Evi Medina Oktavia, Ratu Dini Rahmawati

¹²³Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

e-mail korespondensi: miraasmirajanti@esaunggul.ac.id

Abstract

Posbindu activities are promotional and preventive activities that involve the community. The planning, implementation, and monitoring, as well as assessments are carried out from and by the community. Skills of health cadres are required in posbindu activities. Improving the ability of cadres in communication and posbindu services as a forum for services to the elderly needs to be carried out, especially preventive and promotive. The method used in this service is counseling and training of health cadres who are expected to detect risk factors for the elderly with prevention as early as possible. The activity was held on November 10, 2022, attended by 17 cadres posbindu hebras, posbindu gelatik A, and posbindu flamboyan B. The results of the activity are known to have increased cadre knowledge about "warga emas" elderly, herbal therapy, massage therapy, accupressure, and supplementary feeding of the elderly. Through community service activities, the empowerment of posbindu cadres, especially in communication, can increase motivation and provide information to the elderly community.

Keywords : *healthy, elderly, posbindu.*

Abstrak

Kegiatan posbindu merupakan kegiatan promotif dan preventif yang melibatkan masyarakat. Perencanaan, pelaksanaan, dan pemantauan, serta penilaian dilakukan dari dan oleh masyarakat. Diperlukan keterampilan kader kesehatan dalam kegiatan posbindu. Peningkatan kemampuan kader dalam komunikasi dan pelayanan posbindu sebagai wadah pelayanan terhadap lansia perlu dilakukan, terutama preventif dan promotif. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah penyuluhan dan pelatihan para kader kesehatan yang diharapkan dapat mendeteksi faktor risiko lansia dengan pencegahan sedini mungkin. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 10 november 2022, diikuti oleh 17 kader posbindu hebras, posbindu gelatik A, dan posbindu flamboyan B. Hasil kegiatan diketahui terjadi peningkatan pengetahuan kader tentang warga emas "lansia", terapi herbal, terapi pijat, akupressure, dan pemberian makanan tambahan lansia. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat, pemberdayaan kader posbindu khususnya dalam komunikasi dapat meningkatkan motivasi dan pemberian informasi kepada masyarakat lansia.

Kata kunci : *sehat, lansia, posbindu.*

Accepted: 2023-01-12

Published: 2023-01-16

PENDAHULUAN

Sehat adalah kebutuhan utama bagi manusia agar dapat melaksanakan kehidupan secara baik dan sejahtera. Berjalannya suatu roda kehidupan tergantung dari kesehatan individu. Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (UU RI No. 36, 2009).

Sehat sakit yang di anut masyarakat adalah suatu keadaan yang berhubungan dengan kelainan-kelainan pada tubuh dan gejala yang dirasakan. Sehat bagi seseorang berarti suatu keadaan normal, wajar, nyaman, dan dapat melakukan aktivitas-aktivitas sehari-hari dengan

bergairah. Sedangkan sakit dianggap sebagai suatu keadaan badan yang kurang menyenangkan, bahkan dirasakan sebagai suatu siksaan sehingga menyebabkan seseorang tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-hari seperti halnya orang sehat.

Pusat Kesehatan Masyarakat yang selanjutnya disebut Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif di wilayah kerjanya (Permenkes no. 43, 2019). Puskesmas sebagai tulang punggung penyelenggaraan upaya pelayanan kesehatan dasar, salah satunya adalah bagi lansia.

Tujuan hidup manusia adalah menjadi tua, menua sehat dan menua aktif. Menua aktif adalah mengoptimalkan kesempatan untuk sehat, berpartisipasi dan kesejahteraan dalam tujuan meningkatkan kualitas hidup saat seseorang menua (I.N. Hakim, 2020), melalui suatu wadah pelayanan terhadap lansia adalah (Posbindu) Pos binaan terpadu (UU RI No. 36, 2009). Posbindu akan berjalan dengan baik jika memiliki kader sebagai penggerak.

Kader posbindu merupakan relawan yang dipandang memiliki kemampuan lebih dibanding masyarakat lainnya. Mereka mempunyai andil yang besar terhadap pelaksanaan program posbindu. Keaktifan kader tergantung dari dukungan petugas puskesmas terutama untuk pengembangan program yang bersifat preventif dan promotif; deteksi dini agar menarik minat lansia tetap konsisten hadir dalam program posbindu. Peran dan fungsi kader posbindu adalah sebagai pelaksana pengendalian faktor resiko Penyakit Tidak Menular (N.M. Hastuti et al., 2019). Kader Posbindu harus diberikan pembekalan pengetahuan yang baik untuk dapat menggerakkan masyarakat terutama lansia (L. Kourkouta & I. Papatthanasiou, 2014; S. Shroyen et al., 2018)

Berdasarkan pada analisis situasi didapatkan data bahwa Kelurahan Pancoran Mas Depok mempunyai kepadatan penduduk sebanyak 16.683 jiwa/km². Pada saat pandemi COVID 19 cakupan pelayanan kesehatan bagi lansia menurun menjadi sebesar 51,48% (Dinkes Depok, 2021). Dari hasil wawancara dengan petugas Puskesmas Pancoran Mas pada bulan September 2022, didapatkan bahwa warga lansia yang ada di wilayah Kelurahan Pancoran Mas berjumlah 8.861 orang, dengan rata-rata usia 45 – 60 tahun. Masalah yang sering terjadi adalah Penyakit Diabetes dan Hipertensi. Kader terlatih Posbindu yang dimiliki berjumlah 210 orang.

Berdasarkan permasalahan diatas perlu dilakukan suatu edukasi dan informasi mengenai Pemberdayaan Peran Kader Posbindu Dalam Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia berbasis Budaya. Kami sebagai pelaksana pengabdian masyarakat bekerja sama dengan Puskesmas Pancoran Mas dan Kelurahan Pancoran Mas kota Depok merancang aktivitas edukasi dan informasi dengan membuat alat dan bahan yang memudahkan dalam pelaksanaan. Pemberian edukasi dan informasi dilakukan dengan cara melaksanakan kegiatan Penyuluhan Kesehatan dan agar dapat lebih mudah untuk dipahami maka menggunakan leaflet yang dibagikan kepada kader posbindu. Kegiatan ini diharapkan akan sangat membantu dalam kegiatan skrining lansia di posbindu nantinya.

Edukasi dan informasi yang diberikan kepada Kader Posbindu terdiri dari :

1. Warga emas "lansia".
2. Terapi Herbal.
3. Terapi Pijat dan Akupressure.
4. Pemberian makan tambahan (PMT) lansia.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 10 November 2022. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa langkah sebagai berikut:

1. Koordinasi dan kajian awal
Kegiatan diawali dengan pendataan kader posbindu yang menjadi sasaran pelaksanaan pengabdian masyarakat. Koordinasi dilakukan oleh pihak Universitas, bekerjasama dengan Puskesmas Pancoran Mas dan Kelurahan Pancoran Mas kota Depok.
2. Sosialisasi program
Sosialisasi program adalah mensosialisasikan kegiatan yang akan dilakukan secara langsung
3. Pelaksanaan kegiatan
Pelaksanaan kegiatan dilakukan setelah koordinasi dan kajian awal serta sosialisasi program, sebagai berikut:
 - a. Penjaringan kader posbindu
 - 1) Penentuan posbindu yang akan dilakukan edukasi
 - 2) Mengurus perizinan ke pihak puskesmas dan kelurahan Pancoran Mas Depok dan ditentukan Posbindu yang akan ikut serta adalah
 - a) Posbindu Gelatik A
 - b) Posbindu Hebras
 - c) Posibindu Flamboyan B
 - 3) Menghubungi ketua kader posbindu untuk menghadiri kegiatan yang direncanakan.
 - b. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Pancoran Mas Depok di awali dengan kata sambutan dari Lurah Pancoran Mas Depok, dilanjutkan dengan sambutan dari Puskesmas Pancoran Mas. Pemberian materi di ikuti oleh 17 kader Posbindu. Materi berupa "Warga Emas Lansia", terapi herbal, terapi pijat dan akupresure, dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil sebaran *kertas* yang berisi 10 item pertanyaan sebelum dan sesudah edukasi pada 17 kader posbindu di wilayah puskesmas pancoran mas kota depok didapatkan gambaran seperti dibawah ini:

Tabel 1
Tingkat pengetahuan kader posbindu tentang pemberdayaan peran kader posbindu dalam peningkatan derajat kesehatan lansia berbasis budaya

No	Pertanyaan	Pretest (%)	Posttest (%)
1	Pengetahuan peran lansia dalam meningkatkan kesehatan	94.11	100
2	Perubahan yang terjadi pada lansia	94.11	94
3	Perilaku hidup bersih dan sehat pada lansia	94.11	100
4	Pengetahuan tentang apa itu terapi komplementer	88.23	100
5	Jenis jenis terapi komplementer	82.35	100

No	Pertanyaan	Pretest (%)	Posttest (%)
6	Pengetahuan tentang fungsi jahe, serai, daun kelor dan kayu manis	82.35	100
7	Pengetahuan tentang tanaman apa yang dapat meredakan kolestrol	82.35	94
8	Tujuan PMT	64.70	82
9	Pengetahuan takaran makanan maksimal konsumsi gula dalam satu hari untuk lansia	76.47	100
10	Pengetahuan takaran makan maksimal konsumsi garam dalam satu hari untuk lansia	82.35	76

Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kader posbindu tentang pemberdayaan peran kader posbindu dalam peningkatan derajat kesehatan lansia berbasis budaya sudah cukup baik. Hal tersebut dibuktikan bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan ataupun edukasi dari beberapa pertanyaan yang ditampilkan kader posbindu sudah mendapatkan skor diatas 90% seperti pada salah satu item pertanyaan ke 1, 2 dan 3 tentang pengetahuan peran lansia dalam meningkatkan kesehatan yaitu 94.11%. skor tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar kader posbindu tersebut sudah memahami dan sadar akan pentingnya peningkatan pengetahuan lansia. Pengetahuan kader posbindu tentang terapi komplementer sederhana, penggunaan bumbu dapur yang dapat menyehatkan tubuh, pemberian makanan tambahan, cara konsumsi dan takaran gula penting diketahui agar kader dapat mengingatkan para lansianya untuk menjaga kesehatan tubuhnya. Terapi komplementer merupakan terapi alternatif yang digunakan dalam pengobatan tradisional, bersifat membantu pengobatan konvensional. Lingkup terapi komplementer ini dengan mencegah timbulnya penyakit, mengurangi perilaku negatif, dan mengelola stres (Lindquist R et al., 2018). Salah satu terapi komplementer adalah dengan penggunaan obat tradisional yaitu herbal. Bahan dari herbal dapat berupa ramuan bahan yang berasal dari tumbuhan di atas tanah terdiri dari dari batang, daun, bunga, dan buah. Contohnya seperti kencur, teh, cabe jawa, daun sirih, dan lain-lain (Herlina W & Tim, 2019).

Kemenkes RI, (2020) menyatakan bahwa pengetahuan dapat diubah dengan strategi persuasi yaitu memberikan informasi kepada orang lain dengan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan berbagai metode salah satunya adalah dengan memberikan leaflet dan materi berupa ceramah. Proses pemberian materi dengan metode ceramah dan adanya komunikasi dua arah yaitu antara pemberi pendidikan kesehatan dan adanya pertanyaan dari responden menjadikan pengetahuan yang diberikan mudah dicerna sehingga menjadikan responden semakin mudah memahami materi yang disampaikan.



Hasil pre test pada peserta menunjukkan terjadi perubahan pada pengetahuan. Notoatmodjo, (2005) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu, dan hal tersebut terjadi pada saat kelompok eksperimen menerima pendidikan kesehatan. Menurut Endang Sutisna Sulaiman, (2020), pemberdayaan sebagai proses mengembangkan, memandirikan, menswadayakan, memperkuat posisi tawar menawar masyarakat lapisan bawah terhadap kekuatan-kekuatan penekan di segala bidang dan sektor kehidupan. Pemberdayaan adalah bagian dari paradigma pembangunan yang memfokuskan perhatiannya kepada semua aspek yang prinsipil dari manusia di lingkungannya yakni mulai dari aspek intelektual, Sumber Daya Manusia, aspek material dan fisik, sampai kepada aspek manajerial. Aspek-aspek tersebut bisa jadi dikembangkan menjadi aspek sosial budaya, ekonomi, politik, keamanan dan lingkungan.

Hasil uji pre test-post test pengetahuan kelompok kader posbindu menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dengan nilai rata-rata pre test sebesar 84,11 meningkat menjadi 94,7 pada post test. Adanya perubahan nilai rata-rata ini maka secara statistik terjadi perubahan yang bermakna pengetahuan responden antara pre test dan post test. Peningkatan pengetahuan pada partisipan dapat terjadi karena proses pemberdayaan dan informasi yang diberikan dengan cara dua arah, artinya informasi yang kurang dipahami oleh responden dapat ditanyakan kembali. Jawaban yang diberikan dengan bahasa yang mudah dimengerti ternyata lebih mudah dipahami responden dari pada harus menggunakan bahasa kesehatan yang mungkin sulit dipahami oleh responden.



KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok. Dari tiga posbindu yang menghadirinya dengan lengkap, selain itu terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader mengenai apa itu warga emas "lansia", terapi herbal, terapi pijat, akupressure dan pemberian makanan tambahan (PMT) lansia. Hasil akhir yang diharapkan adalah para kader posbindu makin meningkat pengetahuan dan keaktifannya dalam kegiatan program yang ada. Serta dapat mengajak dan meningkatkan kesadaran lansia untuk rutin datang ke posbindu.

DAFTAR PUSTAKA

- Endang Sutisna Sulaiman. (2020). *Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan: Teori dan Implementasinya Edisi Revisi*. Gadjah Mada University Press.
- Herlina W, & Tim. (2019). *Kitab Tanaman Obat Nusantara Disertai Indeks Pengobatan* (2 nd edition). Media Pressindo.
- I.N. Hakim. (2020). *Perlindungan Lanjut Usia pada Masa Pandemi Covid-19*. XII, 13–18.
http://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/InfoSingkat-XII-10-II-P3DI-Mei-2020-243.pdf.
- Kemendes RI. (2020). *Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku dalam Pencegahan COVID 19*. Kemendes.
- L. Kourkouta, & I. Papathanasiou. (2014). Communication in Nursing Practice. *Mater.Socio Medica*, 26(1), 65–67. DOI: 10.5455/msm.2014.26.65-67.
- Lindquist R, Tracy M.F, & Snyder M. (2018). *Complementary and Alternative Therapies in Nursing* (8 th ed.). Springer Publishing Company.
- N.M. Hastuti, R. Puspitasari, & S. Sugiarsi. (2019). Peran Kader Kesehatan dalam Program POSBINDU Penyakit Tidak Menular di Puskesmas Jateng. *Maternal*, 3(2), 57–61.
https://ejournal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal_ilmiah_maternal/article/download/756/669.
- Notoatmodjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Permenkes no. 43. (2019). *Permenkes RI No.43 Tentang Puskesmas: Vol. No.1335*. Dep. Kesehatan RI. DOI: 10.31219/osf.io/kw3z4
- S. Shroyen, S. Adam, M. Marquet, G. Jerusalem, S. Thiel, A.L. Giraudet, & P. Missoten. (2018). Communication of Healthcare Professionals: Is There Ageism? *European Journal of Cancer Care*, 27(1). DOI: 10.1111/ecc.12780
- UU RI No. 36. (2009). *Undang-Undang RI No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan*. Dep. Kesehatan RI. https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/UU_36_2009_kesehatan.pdf.