

POSYANDU LANSIA SEBAGAI UPAYA PEMBERDAYAAN GUNA MENINGKATKAN DERAJAT KESEHATAN LANSIA

Adhe Alfa Seciola¹, Aulia Devita Rozari², Dwi Aprilyah Surya Ningrum³, Ijazah Ilmi Rohmah⁴, Nabilah Alifatus Hafizhah⁵, Siti Salma Hanifah⁶, Septa Katmawanti⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang

Jl. Semarang No.5, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Malang City, East Java 65145, +62

341-330-1130; +62 341-551921

*e-mail: adhe.alfa.1906126@students.um.ac.id

Abstrak

Di tahun 2045, Indonesia diprediksi mengalami masa emasnya dengan kemajuan pembangunan di berbagai bidang, penduduk lansia di Indonesia diproyeksikan mengalami peningkatan dari 9% (2015) menjadi sekitar 19,7–19,8% (2045). Pada masa inilah terjadi *ageing population* di Indonesia. Peningkatan populasi lansia juga dapat menimbulkan permasalahan terkait aspek medis, psikologis, ekonomi, dan sosial sehingga diperlukan peningkatan pelayanan kesehatan. Posyandu Lansia adalah suatu wadah pelayanan kepada lanjut usia di masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, baik fisik maupun psikologis, melalui kegiatan posyandu lansia yang mandiri dalam masyarakat. Penelitian pemberdayaan masyarakat ini dilakukan menggunakan metode *literature review* yaitu dengan cara mengumpulkan data dari artikel jurnal dan berita *online* yang berkaitan dengan topik peningkatan derajat kesehatan lansia di masa *population aging*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran posyandu lansia sebagai upaya pemerintah dalam meningkatkan derajat kesehatan Indonesia. Hasil dari penelitian ini adalah membahas pelaksanaan kegiatan posyandu lansia, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keaktifan lansia antara lain: 1) sikap, norma subyektif, kontrol perilaku, dan niat, 2) dukungan keluarga dan lingkungan sosial, 3) pengetahuan dan tingkat pendidikan, serta 4) jarak. Dengan adanya program ini, diharapkan Indonesia akan mengalami peningkatan angka harapan hidup melalui peningkatan kualitas hidup lansia agar lansia siap menghadapi usia lanjut dengan mandiri dan sehat.

Kata Kunci: posyandu lansia; pemberdayaan; *population aging*;

Copyright © 2020 Universitas Negeri Malang. All rights reserved.

1. Pendahuluan

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta perbaikan sosial-ekonomi berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan usia harapan hidup, sehingga jumlah populasi lansia juga meningkat. Di tahun 2045, Indonesia diprediksi mengalami masa emasnya dengan kemajuan pembangunan di berbagai bidang, penduduk lansia di Indonesia diproyeksikan mengalami peningkatan dari 9% (2015) menjadi sekitar 19,7–19,8% (2045). Pada masa inilah terjadi *ageing population* di Indonesia [1].

Ageing population adalah pertambahan usia rata-rata dalam suatu populasi karena menurunnya tingkat kesuburan dan meningkatnya usia harapan hidup. Sebagian besar negara memiliki harapan hidup yang meningkat dan populasi yang menua. Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan membawa dampak terhadap berbagai kehidupan. Dampak utama peningkatan lansia ini adalah peningkatan ketergantungan lansia. Ketergantungan ini disebabkan oleh kemunduran fisik, psikis, dan sosial lansia yang dapat digambarkan melalui empat tahap, yaitu kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan, dan keterhambatan yang akan dialami bersamaan dengan proses kemunduran akibat proses menua. Proses menua merupakan suatu kondisi yang wajar dan tidak dapat dihindari dalam fase kehidupan [2].

Peningkatan populasi lansia juga dapat menimbulkan permasalahan terkait aspek medis, psikologis, ekonomi, dan sosial sehingga diperlukan peningkatan pelayanan kesehatan. Pelayanan kesehatan harus diberikan secara maksimal untuk memenuhi hak lansia. Pos Pelayanan Terpadu Lanjut Usia (Posyandu Lansia) adalah suatu wadah pelayanan kepada lanjut usia di masyarakat, yang proses pembentukan dan pelaksanaannya dilakukan oleh pemberdayaan masyarakat dengan

menitikberatkan pelayanan kesehatan pada upaya promotif dan preventif. Dari Data Kementerian Kesehatan, saat ini jumlah Posyandu Lansia yang memberikan pelayanan promotif dan preventif ada 69.500 yang tersebar di semua provinsi di Indonesia [3].

Berdasarkan tujuan umum dari posyandu lansia yang merupakan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, baik fisik maupun psikologis, melalui kegiatan posyandu lanjut usia yang mandiri dalam masyarakat. Dengan tujuan khusus meningkatkan kesadaran para usia lanjut untuk membina sendiri kesehatannya, baik kesehatan fisik dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran dan kegiatan pada pelaksanaan posyandu lansia, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu lansia. Kegiatan yang dilakukan Posyandu tidak mengarah pada pengobatan, namun kegiatan untuk pemeriksaan kesehatan rutin, memberikan edukasi dan informasi tentang pencegahan penyakit dengan mengajak untuk menerapkan pola hidup sehat [2].

2. Metode

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode *literature review* yaitu dengan cara mengumpulkan data-data dari artikel, jurnal, dan berita *online* yang terpercaya dan berkaitan dengan topik yang dibahas. Data yang diperoleh kemudian dikumpulkan dan di olah menjadi data baru yang digunakan sebagai permasalahan dalam penelitian ini dengan merujuk pada teori-teori terdahulu sebagai rujukan dalam bahasan penelitian ini.

Jurnal rujukan diperoleh dari *Google Scholar* serta *website* Kementerian Kesehatan dan lembaga terkait. Jurnal yang kami temukan dalam tahap pertama berjumlah 37. Pencarian jurnal tersebut didasarkan pada kesesuaian jurnal dengan topik penelitian. Kemudian, didapatkan 23 jurnal setelah melalui tahap pengerjaan sesuai dengan bagian pada masing-masing sub bab penelitian.

3. Hasil dan Pembahasan

Jurnal yang diperoleh setelah melalui proses analisis dan seleksi berjumlah 23 jurnal. Jurnal-jurnal tersebut membahas tentang kegiatan yang umumnya dilakukan pada saat posyandu lansia, pemanfaatan posyandu lansia, faktor yang mempengaruhi lansia ikut serta dalam pelaksanaan posyandu lansia, serta data-data kesehatan lansia di Indonesia. Proses analisis jurnal dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif dan teknik *critical appraisal* yang bertujuan untuk mengetahui bahasan topik dan hasil penelitian jurnal. Hasil tersebut disajikan dalam bentuk tabel berikut :

Tabel 1. Hasil analisis *critical appraisal*

No	Penulis Jurnal (Tahun terbit) dan Judul	Inti Jurnal	Hasil Studi
1	2	3	4
1.	Bappenas (2018). Siaran Pers Peluncuran Buku Proyeksi Penduduk Indonesia 2015-2045 untuk Pengambilan Kebijakan Berbasis Data Akurat.	Membahas upaya efektif mendukung investasi SDM, pencetakan generasi muda yang sehat dan cerdas, dan menjaga pertumbuhan penduduk agar seimbang dalam waktu yang panjang.	TFR di Indonesia sebesar 2,28 dengan variasi yang cukup tinggi antar provinsi. Sebagian provinsi, terutama Indonesia Bagian Timur, memiliki TFR yang tercatat masih jauh di atas 2. Momentum ini perlu diantisipasi dengan kebijakan cermat yang diambil berdasarkan data proyeksi penduduk yang akurat.
2.	Purwaningsih, T., Ulfah, M., Prihandana, S., & Y., E., H. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia.	Membahas tentang pembekalan kader posyandu lansia dengan pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola lansia serta dapat melakukan deteksi dini penyakit kardiovaskuler pada lansia.	Dari hasil kegiatan diketahui bahwa pembekalan pada kader posyandu dalam menggunakan atau mengoperasikan alat tensimeter dan alat ukur gula darah, dan kolesterol dan dapat mengukur IMT lansia dapat meningkatkan pengetahuan kader kesehatan posyandu lansia tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia dan cara pencegahannya.
3.	Kementerian Kesehatan Republik	Membahas tentang semakin meningkatnya	Diperlukan keterlibatan, peran, dan tanggung jawab pemerintah,

	Indonesia. (2016). Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Lanjut Usia di Indonesia.	jumlah penduduk lansia maka kita harus mempersiapkan dan merencanakan berbagai program kesehatan yang ditujukan bagi kelompok lansia.	masyarakat, dan lembaga/organisasi sosial untuk bersama-sama berkomitmen mewujudkan kesejahteraan bagi lansia. Contohnya adalah memberdayakan lansia dengan memperhatikan fungsi, kearifan, pengetahuan, keahlian, keterampilan, pengalaman, usia, kondisi fisik, dan mental.
4.	Ilyas, A., N., K. (2017). Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Sejahtera Kelurahan Pasirmuncang.	Membahas tentang peran posyandu lansia terhadap kesejahteraan lanjut usia, serta faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan Posyandu Lansia Sejahtera.	Kondisi kesejahteraan lansia yang menjadi anggota Posyandu Lansia Sejahtera terlihat sudah sejahtera. Namun masih ditemukan faktor yang dapat menghambat pelaksanaan Posyandu Lansia Sejahtera yaitu kondisi fisik lansia, kurangnya kesadaran untuk melakukan pola hidup sehat, dan kegiatan yang berhenti.
5.	Mawaddah, N., Syurandhari, D. H., & Basahi, H. (2018). Optimalisasi Posyandu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Partisipasi Dan Kualitas Hidup Lansia.	Membahas tentang pengaruh optimalisasi posyandu lansia terhadap partisipasi dan kualitas hidup lansia.	Optimalisasi Posyandu lansia dengan berbagai program dapat meningkatkan partisipasi lansia untuk datang ke Posyandu lansia serta meningkatkan kualitas hidup lansia.. Partisipasi lansia dalam mengikuti Posyandu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kelompok usia, jenis kelamin, jarak ke posyandu dan status kesehatan lansia.
6.	Pratiwi, D. S. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Lanjut Usia Dalam Kemandirin Melalui Posyandu Lansia Lestari Di Kelurahan Plalangan Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun 2020.	Membahas tentang bagaimana proses, hasil, serta faktor pendukung dan penghambat pemberdayaan masyarakat	Proses pemberdayaan masyarakat terdiri dari 7 (tujuh) tahap yang meliputi penyadaran, persiapan, <i>assesment</i> , perencanaan alternatif program, pemformulasi rencana aksi, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil yang diperoleh dari pemberdayaan masyarakat yaitu lansia lebih mandiri, peduli dengan kesehatan dan mendapatkan pendapatan dari kegiatan KWT. Faktor pendukung partisipasi lansia yang baik dan memiliki kesadaran kegiatan posyandu lansia penting. Faktor penghambat pemberdayaan masyarakat yaitu belum tersedianya balai khusus untuk kegiatan posyandu lansia.
7.	Fitriahadi, E., & Utami, I. (2020). Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Giripeni Wates Kulon Progo.	Membahas tentang optimalisasi pemberdayaan masyarakat yaitu kegiatan pengabdian yang dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan rohani, pemeriksaan kesehatan lansia, pemberian makanan tambahan dan pengobatan sederhana guna meningkatkan	Adanya kegiatan pengabdian dalam bentuk penyuluhan kesehatan rohani, pemeriksaan kesehatan lansia, pemberian makanan tambahan dan pengobatan sederhana dapat mewujudkan pengelolaan posyandu lansia yang baik, serta meningkatnya keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan sehingga kesehatan lansia lebih terkontrol.

		kualitas hidup lansia	
8.	Putri, M. (2018). Determinant Factors to Liveliness of Elderly in participating Elderly Integrated Health Post.	Menganalisis pengaruh sikap terhadap perilaku, norma subyektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan terhadap niat aktif mengikuti Posyandu Lansia.	Sikap terhadap perilaku dan Kontrol Perilaku yang dirasakan berpengaruh terhadap niat para lansia untuk aktif mengikuti Posyandu Lansia. Sedangkan Norma subyektif tidak berpengaruh terhadap niat responden untuk aktif mengikuti Posyandu Lansia.
9.	AEINI, K. K. E. R. Y. N. U. R. (2020). Kajian Keaktifan Lansia di Posyandu Lansia.	Membahas mengenai keaktifan lansia di posyandu lansia dan jenis pemeriksaan kesehatan di posyandu.	Lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu memiliki status gizi normal, karena lansia memanfaatkan posyandu dengan sering mengkonsultasikan keluhan penyakit pada bidan yang bertugas pada saat posyandu berlangsung. Lansia dengan status gizi yang baik memiliki kualitas hidup yang lebih baik, status gizi berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia meliputi kesehatan, problem atau penyakit yang disandang dan fungsi tubuh.
10.	Intarti dkk, W. D. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia.	Membahas tentang variabel pendidikan lansia dan jarak tempuh posyandu tidak berhubungan dengan pemanfaatan posyandu lansia.	Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor yang paling mempengaruhi pemanfaatan posyandu lansia adalah persepsi kualitas pelayanan posyandu dilanjutkan dengan persepsi sehat sakit.
11.	Cahaya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya.	Membahas mengenai hubungan dukungan sosial dan kualitas hidup pada lansia serta kesehatan lansia secara menyeluruh yang mengarah pada kualitas hidup lansia.	Faktor umum yang didapatkan pada hasil penelitian telah menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia yang baik dan kualitas hidup yang sangat baik diperoleh atau dipengaruhi oleh faktor pengetahuan keluarga, pendidikan, dan pekerjaan lansia. Dukungan sosial yang baik akan memberikan kualitas hidup yang sangat baik, serta dukungan sosial keluarga yang baik lebih banyak mengalami stres ringan dari pada keluarga yang dukungan sosial tidak baik.
12.	Novianti, J. T. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan partisipasi lansia pada posyandu lansia di wilayah kerja puskesmas Kassi Kassi Kota Makasar.	Membahas tentang variabel pengetahuan dan motivasi pada pemanfaatan posyandu lansia di kelurahan kampeonaho wilayah kerja puskesmas kampeonaho kota baubau.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap, aksesibilitas, dukungan keluarga dan peran kader memiliki hubungan yang bermakna dengan pemanfaatan posyandu lansia, sedangkan pengetahuan dan motivasi lansia tidak memiliki hubungan dengan pemanfaatan posyandu lansia. Sebagian besar lansia tidak bekerja dan memiliki tingkat pendidikan tamat SMA.
13.	Gani Gani, Tavip Dwi Wahyuni, Susmini Susmini (2017) 'Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Keaktifan Lansia Dalam	Membahas mengenai korelasi tingkat pengetahuan lansia dengan keaktifan lansia mengikuti kegiatan posyandu lansia di Dusun Bendungan Wilayah Kerja Puskesmas Wisata Dau	Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk meningkatkan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu diperlukan pengetahuan yang baik dan dibutuhkan dukungan dari keluarga serta harus ada motivasi dari lansia sendiri.

	Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Dusun Bendungan Wilayah Kerja Puskesmas Wisata Dau Malang'.	Malang.	
14.	<i>Weni Sartiwi, Nova Arikhman (2021)</i> 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Lansia Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Guci Padang Pariaman'.	Membahas mengenai perilaku pemanfaatan posyandu dengan pengetahuan dan sikap sebagai determinan.	Pengetahuan dan sikap menjadi determinan yang menentukan perilaku pemanfaatan posyandu lansia. Petugas kesehatan bisa memberikan penyuluhan dan konseling mengenai masalah kesehatan dan melaksanakan posyandu lansia sesuai mekanisme posyandu serta membuat kegiatan pendukung lainnya.
15.	<i>Nyimas Aziza (2018)</i> 'Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Puskesmas Kota Bandar Lampung'.	Membahas mengenai pemanfaatan posyandu lansia berdasarkan dukungan keluarga, pengetahuan dan jarak tempuh.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan, dukungan keluarga, dan jarak tempuh menjadi determinan yang menentukan pemanfaatan posyandu lansia. Sehingga diperlukan upaya meningkatkan pengetahuan lansia dan meningkatkan kerjasama dengan keluarga lansia untuk memberikan dukungan kepada lansia dalam pemanfaatan posyandu lansia.
16.	<i>Angelika Christin Role, Tanto Hariyanto, Vita Maryah Ardiyani (2017)</i> 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Manfaat Posyandu Lansia Dengan Keaktifan Lansia di Posyandu Lansia Kecamatan Lowokwaru Kota Malang'.	Membahas mengenai keaktifan lansia di posyandu lansia di posyandu Kelurahan Lowokwaru Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.	Pengetahuan tentang manfaat posyandu lansia menjadi determinan yang menentukan keaktifan lansia. Sehingga tenaga kesehatan yang menyelenggarakan Posyandu Lansia harus secara aktif memberikan motivasi dan penyuluhan kepada setiap lansia sehingga posyandu lansia dapat diberdayakan secara optimal.
17.	<i>Karohmah, A. N. (2018)</i> 'Peran Posyandu Lansia dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia'	Membahas tentang peran posyandu lansia dalam meningkatkan kesejahteraan lansia	Posyandu lansia dapat membantu terpenuhinya kebutuhan dasar seperti fisiologis, rasa aman, sosial, ingin dihargai dan aktualisasi diri. Selain itu lansia bisa mengatasi masalahnya, serta masih dapat berinteraksi dengan keluarga, teman sebaya, masyarakat.
18.	<i>Mulyadi, Y. (2019)</i> 'Pemanfaatan Posyandu Lansia di Kota Pariaman',	Membahas tentang Pemanfaatan posyandu lansia di Kota Pariaman	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan posyandu lansia bermanfaat di kalangan lansia, akan tetapi kurangnya kegiatan seperti senam dan pengecekan kesehatan menjadikan posyandu kurang berkembang seperti yang diharapkan.
19.	<i>Harahap, N. R.</i>	Faktor Yang	Terdapat beberapa faktor yang dapat

	(2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kambesko Tahun 2018.	Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kambesko Tahun 2018.	mempengaruhi kunjungan Posyandu Lansia seperti faktor predisposisi (predisposing factor) seperti pendidikan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, kepercayaan dan keyakinan. Faktor pendukung (enabling factor) atau sarana dan prasarana kesehatan yang memadai.
20.	Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2016 "Infodatin Situasi Lanjut Usia Indonesia"	Membahas tentang persentase jumlah Lansia di Indonesia, masalah kesehatan yang dialami lansia, serta Program kesehatan lansia	Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2010-2035 diprediksi mengalami kenaikan hingga 15,8% . Selain itu 10 masalah kesehatan yang sering dialami lansia diantaranya yang pertama hipertensi, stroke, penyakit jantung, dan penyakit degeneratif lainnya. Adapun program peningkatan kualitas kesehatan lansia salah satunya adalah dengan diadakannya posyandu lansia di tiap daerah.
21.	Muhammad Ifwazan Darusman, R., Reskiaddin, L. O. and Guspianto (2021) 'Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Payo Selincah Kota Jambi Tahun 2020'.	Membahas mengenai determinan perilaku lansia dalam pemanfaatan posyandu lansia.	jarak menjadi determinan yang berhubungan dalam pemanfaatan posyandu lansia. Diperlukan juga peningkatan dalam pemanfaatan media promosi kesehatan dan jumlah kader agar posyandu lansia dapat dilaksanakan secara merata dan mudah dijangkau.
22.	Afni Rahmatika, N. (2017) 'Dukungan Keluarga dalam Penerimaan Diri Lansia (Studi Kasus di RT 02 RW 04 Desa Karang Sari Kecamatan Karangmoncol Kabupaten Purbalingga)'.	membahas tentang pengaruh dukungan keluarga terhadap penerimaan diri lansia	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh dalam penerimaan diri lansia dengan cara memberikan dukungan berupa emosional, informasional, dan instrumental dengan mendukung aktivitas lansia tanpa harus memberikan aturan yang mengekang sehingga lansia dapat menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya sendiri.
23.	Kusumah Lustyana, D. and Purnaningsih, N. (2020) 'Peran Posbindu dalam Upaya Memberdayakan Kesehatan Diri Lansia (Studi Kasus di RW 01 Kelurahan Situ Gede, Kecamatan Bogor Barat , Kota Bogor)', Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat.	membahas tentang pendiskripsian, analisis pencapaian, dan pemanfaatan pemberdayaan masyarakat posbindu bagi kondisi kesehatan lansia.	posbindu merupakan program pemberdayaan masyarakat yang berperan dalam peningkatan kondisi kesehatan lansia dengan melakukan kegiatan pengecekan kesehatan, senam lansia, dan sosialisasi kesehatan sehingga dapat meminimalisir terjadinya keluhan penyakit pada lansia.

Kegiatan posyandu lansia umumnya diadakan setiap satu bulan satu kali. Kegiatan yang dilakukan posyandu lansia meliputi pemeriksaan kesehatan seperti pengukuran tinggi dan berat badan, cek tensi darah, dan lain-lain yang dilakukan oleh dokter dari puskesmas, pelayanan psikologis yang bertujuan untuk membuat psikologis lansia selalu bahagia dan senang sehingga

selalu percaya diri, dan tidak merasa takut, stress, dan depresi agar tidak mudah sakit, pelayanan rohani yang lakukan dengan sistem tutor sebaya, serta pelayanan pemenuhan gizi yaitu dengan pemberian makanan dan minuman tambahan kepada lansia. Pelayanan yang dilakukan oleh posyandu lansia dilakukan agar para lansia merasa mendapat penghargaan oleh orang-orang di sekitarnya dan dapat menerapkan prinsip kemandirian (*Self-reliance*) sehingga terbebas dari sifat ketergantungan [4].

Berdasarkan penelitian (Pratiwi, 2020) lansia lebih dapat memajemen diri dengan menjaga pola makan, pola hidup sehat dan mengetahui kesehatan diri sendiri. Lansia juga merasa tidak jenuh karena adanya penyuluhan, dan banyak teman untuk silaturahmi [6]. Menurut penelitian (Fitriahadi & Utami, 2020) dengan adanya posyandu lansia, lansia dapat memeriksakan kesehatannya di posyandu lansia secara gratis, sehingga mengurangi beban biaya berobat dan transportasi yang selanjutnya mereka bisa bekerja lagi dan tidak merasa menjadi beban bagi keluarganya dan mampu mandiri [7]. Menurut (Mawaddah et al., 2018) Manfaat yang dirasakan lansia ditinjau dari aspek fisik yaitu kondisi kesehatan senantiasa terjaga atau sehat. Manfaat ditinjau dari aspek psikis yang dirasakan yaitu perasaan senang dapat siraman rohani dan adanya rekreasi untuk menghilangkan kejenuhan. Perasaan senang dapat bertemu sesama lansia merupakan manfaat yang didapatkan lansia secara sosial dari adanya posyandu lansia [5].

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keaktifan lansia dalam mengikuti program posyandu lansia, antara lain :

1. Sikap, Norma Subyektif, Kontrol Perilaku, dan Niat

Menurut penelitian (Putri, 2018) ada 4 faktor yang mempengaruhi partisipasi lansia dalam posyandu lansia, diantaranya sikap terhadap perilaku, norma subyektif, kontrol perilaku yang dirasakan, dan niat yang dimiliki lansia tersebut. Menurut penelitian tersebut, sikap dapat dibentuk oleh pengetahuan yang baik terhadap suatu perilaku tertentu. Sikap dapat berupa keyakinan bahwa mengikuti Posyandu Lansia dapat memberikan dampak baik bagi kesehatan dan kehidupan mereka. Lansia dengan tingkat pendidikan tinggi memungkinkan untuk memiliki sikap yang baik untuk aktif mengikuti Posyandu Lansia. Selain itu lingkungan yang mendukung akan memunculkan norma subyektif bagi lansia. Norma subyektif yang baik dapat berupa motivasi yang kuat untuk mematuhi keluarga, teman dan masyarakat. Sedangkan kontrol perilaku dapat terbentuk dari tingkat kemudahan atau kesulitan untuk melakukan suatu tindakan, seperti kemudahan akses, baik jarak tenaga dan waktu. Distribusi Responden [8].

Mayoritas telah memiliki sikap terhadap perilaku yang sangat baik, norma subyektif sangat baik, kontrol perilaku yang dirasakan sangat baik, dan banyak lansia yang berniat untuk berpartisipasi dalam posyandu lansia tersebut. "Sikap berhubungan sebab akibat dengan perilaku kunjungan ke posyandu lansia. Sikap negatif dari seseorang akan mempengaruhi kunjungan ke posyandu lansia. Hal ini untuk menentukan sikap terhadap kunjungan ke posyandu tidak terlepas dari pengetahuan, jadi dari hasil pengetahuan yang baik akan menghasilkan sikap yang positif dalam melakukan kunjungan ke posyandu lansia" [9].

2. Dukungan Keluarga dan Lingkungan Sosial

Sesuai dengan penelitian (Intarti dkk, 2018), sebagian besar lansia yang mengikuti posyandu lansia mendapat dukungan yang baik dari keluarga untuk berpartisipasi dalam posyandu lansia [10]. Hal tersebut menjadikan lansia memiliki motivasi tinggi dalam keterlibatannya di posyandu lansia. Di sisi lain dukungan kader juga diperlukan untuk mendorong motivasi lansia mengikuti posyandu lansia. Dalam penelitiannya, sebagian besar lansia merasa mendapat dukungan dari kader untuk dapat mengikuti posyandu lansia.

Keluarga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggota keluarga itu sendiri. Dukungan keluarga antara lain berupa dukungan emosional, mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian orang-orang yang bersangkutan kepada lansia sebagai anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan. Aspek-aspek dari dukungan emosional terhadap Lansia meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan [10]. Sedangkan kader merupakan anggota masyarakat yang bersedia, mampu dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan posyandu secara sukarela. Kader Posyandu Lansia bertanggung jawab terhadap masyarakat setempat khususnya lansia, mereka bekerja dan berperan sebagai seorang pelaku dari sebuah sistem kesehatan.

Berbanding terbalik dengan penelitian (Cahya, Harnida, & Indrianita, 2017), mayoritas lansia yang mengikuti posyandu lansia kurang mendapat dukungan yang baik dari lingkungan sosialnya [11].

Hubungan yang terjadi antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia sangat terkait dengan dipengaruhi oleh berbagai faktor predisposisi lansia. Faktor umum yang didapatkan pada hasil penelitian telah menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia yang baik dan kualitas hidup yang sangat baik diperoleh atau dipengaruhi oleh faktor pengetahuan keluarga,

sebagai faktor pendorong dan penguat lansia serta faktor pendidikan dan pekerjaan lansia yang sangat dominan dalam keterkaitan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia [11].

3. Pengetahuan dan tingkat pendidikan

Sejalan dengan hasil penelitian (Novianti, 2018) yang mengatakan bahwa faktor yang berhubungan dengan partisipasi lansia pada posyandu lansia adalah pengetahuan, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, motivasi, pelayanan tenaga kesehatan, dan juga jarak rumah membuat para lansia aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia [12].

Dari hasil telitian tersebut dapat dilihat bahwa mayoritas lansia yang mengikuti kegiatan posyandu lansia telah memiliki pengetahuan yang baik, dukungan keluarga yang baik, motivasi yang baik, dan jarak yang dekat menuju ke tempat posyandu lansia, sehingga para lansia dapat turut aktif mengikuti program posyandu lansia. Menurut penelitian (Cahya et al., 2017), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi. Sedangkan dalam penelitian tersebut, kebanyakan lansia memiliki tingkat pendidikan rendah sehingga terkesan abai dengan program posyandu lansia tersebut. Selain itu, mayoritas lansia tersebut memiliki kualitas hidup yang kurang, sehingga kebutuhan untuk mengikuti posyandu lansia juga tidak ada [11].

Sedikit berbeda dengan hasil penelitian (Djawa, Hariyanto, & Ardiyani, 2017), mayoritas lansia yang mengikuti posyandu lansia memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik. Hal tersebut disebabkan karena lansia memiliki keterbatasan dalam mengakses informasi terkait posyandu [13].

Adapun cara yang dapat dilakukan untuk dapat meningkatkan pengetahuan lansia yaitu dengan aktif berkomunikasi atau bertukar pikiran dengan lansia yang memiliki tingkat pengetahuan baik sehingga bisa memperoleh banyak informasi tentang posyandu lansia, manfaat kesehatan yang diperoleh dan mencari informasi lain dari sumber internet atau langsung datang ke Puskesmas untuk memperoleh informasi yang lebih jelas. Dengan demikian dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi lansia.

Pengetahuan diperlukan melalui promosi kesehatan sehingga dengan meningkatnya pengetahuan tersebut akan menjadi dasar dalam penentuan sikap dan sikap yang baik itulah nantinya akan mendorong minat seseorang untuk berkunjung ke posyandu. Apabila seseorang telah berpengetahuan baik maka mereka akan cenderung bersikap positif. Namun sebaliknya apabila seseorang bersikap negatif mereka lebih cenderung menganggap bahwa tidak pentingnya berkunjung ke posyandu lansia tiap bulannya [9].

Sama halnya dengan penelitian (Weni Sartiwi, 2019), yang menunjukkan bahwa peserta posyandu lansia mayoritas masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah. Kurangnya pengetahuan lansia dapat dipengaruhi salah satunya oleh tingkat pendidikan. Berdasarkan analisis kuesioner diketahui bahwa tingkat pendidikan lansia tergolong rendah yaitu Lansia tidak tamat SD sebanyak 12,5%, tamat SD sebanyak 31,9% dan tamat SMP sebanyak 30,6%. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup [14].

4. Jarak

Sama halnya dengan penelitian (Mawaddah et al., 2018), mayoritas lansia rutin mengikuti kegiatan posyandu dibanding yang datang sesekali saja. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah usia, jenis kelamin, jarak antara rumah ke posyandu serta status kesehatan lansia itu sendiri. Kebanyakan lansia yang rutin mengikuti program posyandu lansia adalah yang berusia 60-69 tahun, dikarenakan pada usia tersebut lansia masih mampu beraktifitas dengan baik dibanding dengan lansia yang berusia diatas 70 tahun. Selain usia, faktor kesehatan lansia juga mempengaruhi keaktifan dalam mengikuti posyandu lansia. Dalam penelitiannya, sebagian besar lansia memiliki status kesehatan yang baik sehingga dapat mengikuti kegiatan Posyandu Lansia. Jarak yang mudah dijangkau juga mempengaruhi keaktifan lansia, lansia lebih sering mengikuti kegiatan posyandu lansia karena dengan mudah mengakses tempat posyandu tersebut.

Begitu juga dengan hasil penelitian (Aziza, 2018), banyak partisipan posyandu lansia yang berjarak cukup dekat dengan posyandu lansia, sehingga mereka dapat menjangkau posyandu tersebut [15].

Dapat dikatakan bahwa semakin dekat jarak yang ditempuh para lansia, maka akan memperbesar keinginan dan motivasi untuk berpartisipasi dalam posyandu lansia tersebut. Jarak yang dekat juga memudahkan para lansia untuk mengakses posyandu tersebut. Sebaliknya, jika semakin jauh jarak posyandu maka akan mengurangi keikutsertaan para lansia mengingat daya tubuh lansia yang sudah menurun untuk menjalankan aktifitas.

4. Kesimpulan

Berdasarkan paparan diatas, dalam mempersiapkan proyeksi Indonesia Emas pada tahun 2045 mendatang dan kejadian *Ageing Population*, diperlukan banyak perbaikan diberbagai bidang termasuk bidang kesehatan, termasuk pada golongan lansia. Hal ini bertujuan sebagai langkah meningkatkan kesejahteraan lansia [16]. Menurut UU No. 13 tahun 1998, posyandu lansia merupakan wadah pelayanan kepada lansia di masyarakat yang menitikberatkan pelayanan kesehatan, psikologis, rohani, pemenuhan gizi agar lansia dapat memenuhi kebutuhannya dan kesejahteraan sosial yang memadai [17]. Selain itu, menurut (Role, Hariyanto and Ardiyani, 2017) posyandu lansia juga memiliki beberapa manfaat lainnya seperti terlaksananya pembinaan kesehatan lansia secara berkala, tercatat dan dilaporkan status kesehatan lansia secara berkala, termonitornya kesehatan lansia melalui pemeriksaan kesehatan lansia secara berkala, terkajinya indeks kemandirian dan indeks masa tubuh lansia secara berkala, terlaksananya upaya preventif terhadap status kesehatan lansia secara berkala, adanya pelayanan kesehatan bagi lansia secara berkala [18]. Dalam pelaksanaan kegiatan posyandu lansia, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keaktifan lansia menurut (Putri, 2018) adalah 1) sikap, norma subyektif, kontrol perilaku, dan niat, 2) dukungan keluarga dan lingkungan sosial, 3) pengetahuan dan tingkat pendidikan, serta 4) jarak [8]. Dengan adanya program ini, diharapkan Indonesia akan mengalami peningkatan angka harapan hidup melalui peningkatan kualitas hidup lansia agar lansia siap menghadapi usia lanjut dengan mandiri dan sehat.

Daftar Pustaka

1. Bapennas, "Siaran Pers PELUNCURAN BUKU PROYEKSI PENDUDUK INDONESIA 2015-2045 UNTUK PENGAMBILAN KEBIJAKAN BERBASIS DATA AKURAT." Jakarta, p. 2, 2018.
2. T. Purwaningsih, M. Ulfah, and S. Prihandana, "pelatihan dan pendampingan kader posyandu lansia untuk pencegahan penyakit kardiovaskuler di Kelurahan Bandung Kota Tegal," *J. Abdimas Bhakti Indones.*, vol. 1, no. 2, pp. 1–12, 2020.
3. Kemenkes, "Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Situasi Lanjut Usia di Indonesia," *Kementeri. Kesehat. Republik Indones.*, 2016.
4. Ilyas, A. N. K. (2017). Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Sejahtera Kelurahan Pasirmuncang. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah (E-Plus)*, 2(2). <https://doi.org/10.30870/e-plus.v2i2.2956>
5. Mawaddah, N., Syurandhari, D. H., & Basahi, H. (2018). Optimalisasi Posyandu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Partisipasi Dan Kualitas Hidup Lansia. *Medica Majapahit*, 10(2), 100–110.
6. Pratiwi, D. S. (2020). *Pemberdayaan Masyarakat Lanjut Usia Dalam Kemandirin Melalui Posyandu Lansia Lestari Di Keluurahan Plalangan Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun 2020*. 1. <http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>
7. Fitriahadi, E., & Utami, I. (2020). Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Giripeni Wates Kulon Progo. *Proceeding of The URECOL*, 200–206. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/967>
8. Putri, M. (2018). Determinant Factors to Liveliness of Elderly in participating Elderly Integrated Health Post. *Jurnal Promkes*, 6(2), 213–225.
9. AEINI, K. K. E. R. Y. N. U. R. (2020). Kajian Keaktifan Lansia di Posyandu Lansia. Retrieved from <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2851/>
10. Intarti dkk, W. D. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia. *Journal of Health Studies*, 2(1), 110–122. <https://doi.org/10.31101/jhes.439>
11. Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 0231, 36.
12. Novianti, J. T. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan partisipasi lansia pada posyandu lansia di wilayah kerja puskesmas Kassi Kassi Kota Makasar. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–136.
13. Djawa, Y. D., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. M. (2017). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Dusun Bendungan Wilayah Kerja Puskesmas Wisata Dau Malang. *Nursing News*, 2(3), 21–33. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
14. Weni Sartiwi, N. A. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Lansia Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Guci Padang Pariaman, 359–368.

15. Aziza, N. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Puskesmas Kota Bandar Lampung, *XII(2)*, 168–172.
16. Role, A. C., Hariyanto, T. and Ardiyani, V. M. (2017) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Manfaat Posyandu Lansia Dengan Keaktifan Lansia di Posyandu Lansia Kecamatan Lowokwaru Kota Malang', *Nursing News*, 2(3), pp. 21–33. Available at: <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>.
17. Karohmah, A. N. (2018) 'Peran Posyandu Lansia dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
18. Mulyadi, Y. (2009) 'Pemanfaatan Posyandu Lansia di Kota Pariaman', *Kesmas: National Public Health Journal*, 3(5), p. 224. doi: 10.21109/kesmas.v3i5.214.
19. Harahap, N. R. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Pukeskesmas Kambesko Tahun 2018. *Gentle Birth*, 2(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
20. Kementerian Kesehatan RI. (2016). Infodatin Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*.
21. Sari, G. I., Asrinawaty, & Dhewi, S. (2020). *Faktor – faktor yang berhubungan dengan pemanfaatan kegiatan posyandu lansia di wilayah kerja puskesmas banjarbaru selatan tahun 2020*.
22. Deniza LK, Ninuk P. (2020). Peran Posbindu Dalam Upaya Memberdayakan Kesehatan Diri Lansia. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*. Juli 2020, Vol 2(5)
23. Afni Rahmatika, Nur. 2017. Dukungan Keluarga dalam Penerimaan Diri Lansia Studi Kasus Desa Karang Sari RT 02 RW 04 Kecamatan Karangmoncol Kabupaten Purbalingga. Purwokerto : IAIN Purwokerto <http://repository.iainpurwokerto.ac.id/> diakses pada tanggal 29 Mei 2019 pukul 03.40 WIB