

PEMBERDAYAAN KADER POSBINDU SALAH SATU KUNCI PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS LANJUT USIA DI MERUYA SELATAN KEMBANGAN JAKARTA BARAT

Mugiono Mugiono, Noermijati Noermijati
Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Brawijaya
E-mail: mugiono@ub.ac.id
E-mail: nurmi@ub.ac.id

ABSTRAK

Peran kader Posbindu dalam pelaksanaan kegiatan sangat dominan karena tenaga kesehatan hanya sebagai pendamping dan penerima rujukan, sehingga pengetahuan dan ketrampilan kader perlu ditingkatkan melalui pelatihan yang dilanjutkan dengan monitoring lapangan observasi keterampilan kader. Para kader Posbindu yang memiliki pengetahuan dan terampil pada gilirannya dapat memberikan kebahagiaan dan kesehatan bagi anggota kelompok Lansia sebagai mitra.

Kata Kunci: Posbindu, Lansia, kesehatan

ABSTRACT

The role of Posbindu cadres in the implementation of activities is very dominant because health workers are only as mentors and referral recipients, so cadres' knowledge and skills need to be improved through training followed by field monitoring and observation of cadre skills. Knowledgeable and skilled Posbindu cadres can in turn provide happiness and health to the elderly group members as partners.

Keywords: Posbindu, elderly, health

PENDAHULUAN

Jakarta Barat dengan luas wilayah 127,11 Km² memiliki 8 Kecamatan, 56 kelurahan dengan memiliki 42 posbindu, terdiri dari 2.260.341 jiwa. Secara geografis, batas wilayah Jakarta Barat bagian Utara berbatasan dengan Kota Administrasi Jakarta Utara, bagian barat berbatasan dengan Provinsi banten (Kota Tangerang dan Tangerang Selatan), dan bagian timur berbatasan dengan Kota Administasi Jakarta Barat, Jakarta Selatan (untuk wilayah Selatan).

Dari total penduduk di Jakarta Barat, penduduk Lanjut usia atau Lansia terdapat pada usia > 60 tahun, laki-laki berjumlah

82.924 jiwa dan perempuan 85.956 jiwa. Secara total Lansia di Jakarta Barat pada awal 2017 mencapai jumlah sebesar 168.880 jiwa. Angka Lansia ini jika dibandingkan pada tahun 2014 yang mencapai 68.980 jiwa, dan pada tahun 2016 mencapai 69.390 jiwa telah memperlihatkan adanya peningkatan status kesehatan masyarakat yang ditunjukkan oleh meningkatnya Angka Harapan Hidup (AHH).

Lebih lanjut, World Health Organization (WHO) memberikan pembatasan berkenaan dengan kesehatan secara lebih luas dan dinamis yaitu mencakup lima aspek yaitu aspek sosial mental, fisik, terbebas dari cacat dan terbebas dari penyakit (Notoadmodjo,

2010). Permasalahan yang dihadapi saat ini dalam pembangunan kesehatan di Indonesia adalah beban ganda penyakit, yaitu masih banyaknya penyakit infeksi yang harus ditangani khususnya Penyakit Tidak Menular (PTM).

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang tidak ditularkan dari orang ke orang. Data PTM dalam Riskesdas 2013 meliputi asma, penyakit paru obstruksi kronis (PPOK), kanker, Diabetes Melitus (DM), hipertiroid, hipertensi, jantung koroner, gagal jantung, stroke, gagal ginjal kronis, batu ginjal, penyakit sendi/rematik. PTM terutama hipertensi terjadi mengalami peningkatan yaitu dari sebesar 7,6% pada tahun 2007 menjadi 9,5% pada tahun 2013. Hal yang sama terjadi pada kejadian stroke sebesar 8,3% per 1000 (2007) menjadi 12,1% per 1000 (2013). Demikian halnya Diabetes Mellitus naik dari 1,1% (2007) menjadi 2,1% (2013).

Salah satu strategi yang dikembangkan pemerintah untuk mengendalikan PTM ini adalah dengan mengembangkan model Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) berbasis masyarakat melalui Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM. Posbindu PTM merupakan bentuk peran serta masyarakat dalam upaya untuk mengendalikan faktor risiko secara mandiri dan berkesinambungan. Melalui Posbindu PTM, dapat segera mungkin dilakukan pencegahan faktor risiko PTM, sehingga peningkatan PTM di masyarakat Indonesia dapat dikendalikan.

Penanggulangan PTM merupakan kombinasi upaya inisiatif pemeliharaan mandiri oleh petugas, masyarakat dan individu yang bersangkutan serta kebijakan promosi kesehatan dan pencegahan penyakit harus ditangkap secara cerdas untuk selanjutnya diimplementasikan kepada masyarakat secara intensif, mengingat banyaknya masyarakat yang belum tahu tentang berbagai faktor risiko yang dapat menyebabkan penyakit, terutama

Penyakit Tidak Menular. Pos pembinaan terpadu atau Posbindu merupakan salah satu bentuk dari deteksi dini faktor resiko yang dilakukan secara terus menerus dan berkesinambungan (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2010).

Menurut data pengendalian Penyakit Tidak Menular tahun 2015, di Indonesia ada sekitar 7.225 Posbindu. Di Jawa Tengah sebagian besar kota maupun kabupaten juga sudah melaksanakan program Posbindu secara baik, diantaranya Kabupaten Klaten, Magelang, Sukoharjo, Semarang, Wonosobo, dan Pati. Peran kader Posbindu dalam pelaksanaan kegiatan sangat dominan karena tenaga kesehatan hanya sebagai pendamping dan penerima rujukan, sehingga pengetahuan dan ketrampilan kader perlu ditingkatkan. Keterbatasan sarana prasarana dari Dinas Kesehatan serta permasalahan kesehatan masyarakat yang begitu kompleks sangatlah memerlukan pemberdayaan kader.

Pos pembinaan terpadu atau Posbindu merupakan salah satu bentuk dari deteksi dini peningkatan hidup yang produktif secara sosial maupun ekonomi, khususnya lansia. Penyelenggaraan kegiatan Posbindu dilakukan oleh dan untuk masyarakat melalui pembentukan kader. Peran kader Posbindu dalam pelaksanaan kegiatan sangat dominan karena tugas pembinaan Bina Keluarga Lansia hanyalah berperan sebagai pendamping. Oleh karena itu dengan keterbatasan sarana prasarana dari dinas terkait diperlukan pemberdayaan kader.

Penelitian Armiyati dan Soesanto (2014) tentang pemberdayaan kader Posbindu Lansia sebagai upaya peningkatan kualitas hidup Lansia di desa menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara jumlah kader Posbindu Lansia yang aktif dilengkapi dengan tersedianya media promosi kesehatan Lansia berupa leaflet dengan penurunan masalah kesehatan pada Lansia terutama pada hipertensi. Hal ini dikarenakan terdapat

peningkatan ketrampilan kader Posbindu Lansia dalam melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan fisik, dan peningkatan pengetahuan pengolahan tanaman obat keluarga (herbal) dalam rangka meningkatkan kualitas hidup Lansia berupa bahan herbal berupa sirup, serbuk, ekstrak, dan minyak atsiri.

Penelitian Fatimah (2013) menunjukkan terjadi penurunan PTM hipertensi dan obesitas di kalangan Lansia disebabkan oleh peningkatan pengetahuan dan

kemampuan kader dalam melakukan teknik penyuluhan obesitas dan hipertensi. Lebih lanjut hasil penelitian memperlihatkan bahwa melalui dua kali pengamatan lapangan pasca pelatihan diketahui seluruh kader telah mampu menyuluh dengan baik secara sistematis dan menarik. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa pengetahuan dan keterampilan kader Posbindu dapat ditingkatkan melalui pelatihan yang dilanjutkan dengan monitoring lapangan observasi keterampilan kader.

Tabel. Sebaran Jumlah Posbindu Indonesia 2017



Dari dua hasil penelitian tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan keterampilan kader posbindu memiliki dampak positif terhadap pengetahuan dan kesadaran para lansia untuk hidup produktif.

Berdasarkan analisis situasi tersebut maka perlu adanya suatu upaya untuk memberikan solusi alternatif yang mampu meningkatkan kinerja Posbindu Lansia dan mengaktifkan Kecamatan/Kelurahan yang belum memiliki kader Posbindu Lansia, serta meningkatkan kebahagiaan para Lansia. Selain itu juga, diperlukan kegiatan yang dapat menambah semangat dan keterampilan serta kepedulian kepada keluarga para lansia untuk

memberikan kenyamanan dan kebahagiaan diakhir kehidupan lansia, melalui pembekalan terkait aspek psikologis.

Permasalahan

Pada tahun 2045 penduduk Indonesia diperkirakan mencapai 318,9 juta jiwa (dengan asumsi Total Fertility Rate (TFR) bertahan di angka 2,1). Hasil proyeksi juga menunjukkan bahwa pada tahun 2045 jumlah penduduk lanjut usia (lansia) g- yang didefinisikan sebagai penduduk kelompok usia 60 tahun ke atas berdasarkan Undang-Undang (UU) Nomor 13 Tahun 1998 – mengalami peningkatan sekitar 19,8 persen (Bappenas,

dkk., 2018). Dengan kata lain sekitar seperlima penduduk Indonesia di tahun tersebut merupakan Lansia. Tren ini diperkirakan akan terus berlanjut mengingat menurunnya angka fertilitas dan meningkatnya angka harapan hidup di Indonesia. Pada tahun 2015, angka harapan hidup (AHH) bertambah panjang menjadi 70,8 (SUPAS 2015), yang semula pada tahun 1971 hanya berkisar 55,1 tahun. Angka ini diprediksi akan meningkat di tahun 2035 menjadi sekitar 72 tahun (Adioetomo & Mujahid, 2014). Oleh karena itu, diperlukan strategi yang tepat untuk menghadapi fenomena penuaan penduduk yang terjadi saat ini dan ke depan.

Di sisi lain, hasil penelitian Pusat Penelitian Kependudukan – LIPI (2018) di tiga provinsi (Jawa Timur, Nusa Tenggara Barat, dan Sumatera Utara) menunjukkan bahwa sebagian besar Posbindu Lansia berjalan rutin meskipun wilayah cakupannya tergantung daerah masing-masing. Ada wilayah yang telah terdapat posyandu lansia di setiap rukun warga (RW), meskipun ada juga yang masih hanya di tingkat kelurahan. Kegiatan yang dilakukan fokus pada pemeriksaan kesehatan dasar, seperti tensi darah.

Sedangkan untuk BKL/kader Posbindu Lansia yang berada di tingkat kecamatan, selain minim kegiatan, keberadaannya pun semakin tidak terlihat. Ada beberapa kasus BKL/kader Posbindu Lansia yang aktif namun lebih banyak yang mengalami stagnasi.

Selain memberdayakan kader Posbindu Lansia perlu juga ditingkatkan pemberdayaan keluarga para Lansia. Bagaimana keluarga berperan untuk menjaga Lansia. Lebih lanjut, dalam menangani masalah Lansia pelaksanaan program harus saling melengkapi dan terintegrasi dengan baik. Dalam hal ini adalah keluarga para Lansia, petugas BKL dan kader Posbindu Lansia. Menjadi sangat penting jika masing-masing pihak terkait dapat bekerjasama dalam satu program yang sama namun dengan tugas yang berbeda sesuai

dengan kapasitas masing-masing demi terciptanya lansia berkualitas. Yaitu, Lansia produktif secara sosial dan ekonomi yang memiliki kesehatan jasmani dan rohani serta mandiri dalam kehidupannya.

Maksud Dan Tujuan Kegiatan

Maksud dari kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan serta pendampingan untuk pengembangan Posbindu Lansia Kelurahan Meruya Selatan, Kecamatan Kembangan, Jakarta Barat dengan tujuan sebagai berikut:

- a. Meningkatkan kepedulian lingkungan terhadap para Lansia.
- b. Meningkatkan keberadaan Posbindu Lansia.
- c. Memberikan motivasi pada para kader Posbindu Lansia untuk peduli pada Lansia dalam penanganan perawatan gerontik.

Manfaat Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan bisa memberikan kontribusi berupa data dan informasi terkait kehidupan dan penanganan para lansia. Dari data yang diperoleh bisa menjadi bahan pertimbangan bagi pengambilan kebijakan terkait program pemberdayaan keluarga para lansia dan kader posyandu lansia, serta pendampingan program terkait terwujudnya lansia produktif secara sosial dan ekonomi yang memiliki kesehatan jasmani dan rohani serta mandiri dalam kehidupannya.

Khalayak Sasaran

Sasaran kegiatan penyuluhan dan pendampingan adalah para Lansia dan para kader Posbindu Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat.

Target Yang Ingin Dicapai

1. Memberikan motivasi kepada masyarakat sebagai mitra dalam meningkatkan kepedulian terhadap para Lansia.
2. Meningkatkan pengkaderan Posbindu

Lansia pada Kelurahan yang belum memiliki kader Posbindu Lansia.

3. Meningkatkan pemahaman dan ketrampilan kader Posbindu dalam menerapkan perawatan gerontik pada Lansia
4. Meningkatkan kemampuan dalam melakukan kegiatan perawatan sesuai dengan standar keperawatan gerontik yang dibuat secara berkelanjutan.

Profil Kelurahan

Kelurahan Meruya Selatan memiliki luas 2,80 km² dengan kepadatan penduduk 1.227 jiwa/km², jumlah RT 84, RW 11 dan Kepala Keluarga 10.882. Kelurahan ini berbatasan dengan Kelurahan Meruya Utara di sebelah utara, Kelurahan Karang Tengah di sebelah barat, Kelurahan Srengseng di sebelah timur dan Kelurahan Joglo di sebelah selatan. Lebih lanjut, Kelurahan Meruya Selatan dihuni oleh 34.361 penduduk yang terbagi dari 17.294 laki-laki dan 17.067 perempuan dengan seks rasio 101,33.

Kepengurusan BKL

- Pengurus BKL : 10 orang
- Kader BKL : 5 orang

- Anggota Kelompok : 61 orang

Program Kerjasama dengan Pihak Puskesmas

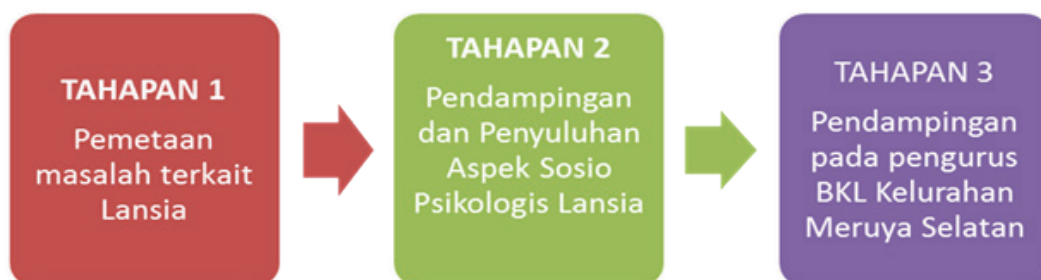
- Senam Lansia
- Pemeriksaan Kesehatan

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pendampingan dan penyuluhan aspek sosio psikologis Lansia di Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat dikemas dalam program peningkatan kemandirian Lansia. Kegiatan peningkatan kemandirian Lansia terkait dengan upaya menumbuhkan semangat dan meningkatkan kesadaran Lansia akan pentingnya menjaga kesehatan jiwa dan raga. Kegiatan dilakukan dalam bentuk literasi dan demo, terdiri dari 3 (tiga) tahapan dengan rincian tahapan proses sebagai berikut:

Tahapan 1

Merupakan tahap pemetaan sosial terkait jumlah Lansia dan kegiatan yang telah dilakukan terkait Lansia oleh pengurus BKL/kader Posbindu Lansia Kelurahan Meruya Selatan, Jakarta Barat.



Tahapan 2

Merupakan tahap lanjutan pendampingan dan penyuluhan aspek sosio psikologis Lansia. Kegiatan ini dilakukan untuk memotivasi dan menambah pengetahuan para kader Posbindu Lansia dan para Lansia terkait kemandirian pada usia Lansia dari perspektif psikologis dan perawatan gerontik.

Tahapan 3

Merupakan tahap pendampingan kepada pengurus BKL/para kader Posbindu Lansia Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat terkait pemberian motivasi hidup sehat dan perawatan gerontik kepada para Lansia.

Implementasi Kegiatan

Sosialisasi kegiatan pendampingan dan penyuluhan aspek sosio psikologis Lansia di Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat dilaksanakan dengan menggunakan Learning Methodology yaitu suatu metode pendekatan pembelajaran yang menitik beratkan pada peran serta peserta berdasarkan pengalaman, stimuli dan respon peserta terhadap stimuli tersebut. Bahwa keberhasilan dari pelaksanaan hanya akan dicapai bila peserta mempunyai kesungguhan untuk memahami dan berubah untuk menjadi lebih baik dalam segala hal, khususnya dalam membangun kemandirian pada usia Lansia.



Pedampingan dan Penyuluhan aspek sosio psikologis Lansia Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat

Waktu Pelaksanaan Kegiatan Pemetaan Sosial

Dilakukan pada tanggal 10 Januari 2020 di Kelurahan Meruya Selatan, Jakarta Barat.

Pendampingan Dan Penyuluhan Aspek Sosio Psikologis Lanjut Usia

Dilaksanakan di RPTRA Manuver, Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat, pada tanggal 24 Januari 2020.

Pedampingan Pengurus BKL

Bertempat di Kantor Kelurahan Meruya Selatan dihadiri Ketua Tim Penggerak PKK tingkat Kelurahan pada tanggal 21 Pebruari dan 13 Maret 2020.

Dukungan dan Masalah yang dihadapi

- Dukungan penuh diberikan oleh pihak Kelurahan Meruya Selatan, Jakarta Barat untuk kelancaran kegiatan Lansia.
- Masalah yang dijumpai terletak pada tingkat kepengurusan BKL tingkat Kelurahan Meruya Selatan, yaitu:
 1. Belum adanya program kegiatan terpadu terkait Lansia
 2. Pengurus BKL maupun para kader Posbindu Lansia terdiri dari para ibu yang sdh Lansia sehingga kreativitas dan kecepatan untuk berkreasi agak terhambat.



Rapat Koordinasi Pedampingan Pengurus BKL/para kader Posbindu Lansia Kelurahan Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

1. Secara keseluruhan, peserta kegiatan pendampingan di dominasi oleh individu yang mempunyai kepribadian dengan tipe Teman. Peserta mampu mengekspresikan ide-ide serta pendapatnya dengan baik. Pola berpikir para peserta cukup terbuka dan fleksibel.

2. Suasana kegiatan pendampingan cukup semarak dan 'hidup'. Para peserta kreatif, jujur dan cenderung berani mengemukakan pendapatnya secara terbuka. Para peserta menyatakan kegiatan pendampingan menarik, banyak hal 'baru' didapat dan dipelajari selama kegiatan. Materi pendampingan sangat bermanfaat dalam 'menghantar' peserta untuk lebih memahami kemandirian dalam usia Lansia.
3. Kegiatan ini merupakan sarana komunikasi, silaturahmi dan sosialisasi kepada masyarakat, sekaligus juga sebagai perwujudan tanggungjawab sosial sivitas akademik dalam melaksanakan Tri Darma Perguruan Tinggi.

Saran

1. Kegiatan pendampingan kaum Lansia dapat dilakukan secara sistimatis di tingkat Kelurahan, sehingga efek dari kegiatan akan lebih nyata terlihat.
2. Kegiatan pendampingan kaum Lansia kiranya dapat disertai dengan kegiatan industri kreatif.
3. Perlu adaya komunikasi yang intensif antara pihak UMB dengan Pengurus BKL tingkat Kelurahan dan para kader Posbindu Lansia dalam merancang program Lansia yang lebih inovatif dan produktif dimasa mendatang yang melibatkan keluarga Lansia.

Daftar Pustaka

- Armiyati dan Soesanto. (2014). Pemberdayaan Kader Posbindu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kangkung Demak. Prosiding Seminar Nasional, Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Fatimah. (2013). Perbedaan Kualitas Hidup Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Jompo dengan yang Tinggal di Rumah di Kabupaten Tapanuli Selatan. Skripsi, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.