



## Hubungan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Wilayah Puskesmas Batu Bandung Tahun 2024

### *A Correlation Between The Activeness Of The Elderly In Participating In Posyandu Activities With The Quality Of Life In The Area Of Batu Bandung Health Center In 2024*

Pupu Yuni Rahayu <sup>1)</sup>, Yatri Hilinti <sup>2)</sup>, Nimas Ayu Lestari Nurjanah <sup>3)</sup>  
<sup>1,2,3.</sup> Universitas Dehasen Bengkulu

Corresponding Author:

[pupuyunirahayu@gmail.com](mailto:pupuyunirahayu@gmail.com)

#### ARTICLE HISTORY

Received [13 Oktober 2024]

Revised [22 November 2024]

Accepted [17 Januari 2024]

#### Kata Kunci :

Kualitas Hidup, Lansia, Posyandu.

#### Keywords :

Quality Of Life, Elderly, Posyandu.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



#### ABSTRAK

Penuaan merupakan suatu proses alamiah dimana semua orang tidak dapat menghindarinya. Seorang lansia akan mengalami perubahan fisik dan perilaku yang terjadi ketika seseorang mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Kesehatan lansia saat ini merupakan isu penting di bidang kesehatan. Proses menua membawa perubahan dalam berbagai aspek, termasuk sosial, psikologis, dan fisik, yang dipengaruhi oleh proses degeneratif. Oleh karena itu, keberadaan posyandu lansia sangatlah penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Tujuannya adalah agar para lansia tetap sehat, mandiri, dan produktif secara sosial dan ekonomi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan jenis penelitian bersifat observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Bandung yang dilakukan pada bulan Juli 2024. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 32 orang lansia yang berusia 65-70 tahun. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,006 yang berarti ada hubungan antara keaktifan lansia mengikuti posyandu dengan kualitas hidup lansia dengan nilai OR=11,3. Diharapkan petugas puskesmas melakukan penyuluhan dan sosialisasi pentingnya posyandu lansia dikalangan masyarakat agar kunjungan lansia ke posyandu lebih maksimal guna meningkatkan standar kualitas hidup lansia dalam menjalani masa tua mereka.

#### ABSTRACT

Aging is a natural process that everyone cannot avoid. An old person will experience physical and behavioral changes that occur when someone reaches a certain chronological stage of development. Elderly health is currently an important issue in the health sector. The aging process brings changes in various aspects, including social, psychological, and physical, which are influenced by degenerative processes. Therefore, the existence of elderly health posts is very important to improve the quality of life of the elderly. The goal is for the elderly to remain healthy, independent, and productive socially and economically. This research is a quantitative study, using an observational analytical research type with a cross-sectional approach. This research was conducted in the working area of Batu Bandung Public Health Center which was carried out in July 2024. The number of samples in this study was 32 old people age 65-70 years. From the results of the statistical test, a p-value of 0.006 was obtained, which means that there is a relationship between the activeness of the elderly in attending integrated health posts and the quality of life of the elderly with an OR value of 11.3. It is hoped that health center officers will provide counseling and socialization on the importance of the elderly integrated health post among the community so that elderly visits to the integrated health post are maximized in order to improve the quality of life of the elderly in living their old age.

## PENDAHULUAN

Kesehatan lansia saat ini merupakan isu penting di bidang kesehatan. Proses menua membawa perubahan dalam berbagai aspek, termasuk sosial, psikologis, dan fisik, yang dipengaruhi oleh proses degeneratif (Pratiwi, 2018). Oleh karena itu, keberadaan posyandu lansia sangatlah penting untuk meningkatkan kualitas

hidup lansia. Hal ini sejalan dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019. Dalam peraturan tersebut, pemerintah berkewajiban menjamin ketersediaan fasilitas bagi lansia serta berupaya melakukan pemeliharaan kesehatan bagi mereka. Tujuannya adalah agar para lansia tetap sehat, mandiri, dan produktif secara sosial dan ekonomi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,

2016). Populasi lansia di Indonesia merupakan yang terbesar keempat setelah China (297 juta jiwa), India (149 juta jiwa), dan Amerika Serikat (123 juta jiwa) (BPS, 2023). Di Indonesia, peningkatan usia harapan hidup diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Jumlah penduduk lansia di Indonesia meningkat dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, menjadi 29,3 juta jiwa (11,75%) pada tahun 2023, dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2023).

Di Provinsi Bengkulu terdapat 209 ribu jiwa lansia, di Kabupaten Kepahiang jumlah lansia mencapai 10,48% dari total penduduk. Kecamatan dengan jumlah lansia terbanyak adalah Kepahiang (5.078 jiwa), diikuti oleh Ujan Mas (2.292 jiwa) dan Muara Kemumu (1.421 jiwa) (Dinkes Kepahiang, 2023).

Peningkatan jumlah populasi lansia menyebabkan terjadinya peningkatan angka ketergantungan terhadap penduduk usia produktif (BPS, 2023). Hal ini dapat memengaruhi kualitas hidup lansia. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada, terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian (WHO, 2020).

Meningkatnya jumlah lansia akan membutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan lansia. Maka untuk menangani masalah kesehatan lansia, pemerintah mengeluarkan beberapa kebijakan/program yang diterapkan oleh puskesmas. Program pelayanan lansia disebut juga posyandu lansia (Hikmawati, 2022).

Pelayanan kesehatan di posyandu lansia meliputi penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran tekanan darah, penyuluhan kesehatan, pemeriksaan laboratorium sederhana, pemeriksaan status mental dan emosional, pengobatan sederhana dan upaya rujukan bila diperlukan. Semua kegiatan di posyandu lansia dilakukan satu kali dalam sebulan (Wibowo, 2018).

Menyadari pentingnya posyandu lansia dalam rangka mengatasi kesehatan lansia, maka keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu harus terus ditekankan, keaktifan dapat diasumsikan bahwa lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia seperti hadir dan melakukan absensi, melakukan kegiatan senam lansia, pendidikan dan jalan santai, menjali pengobatan dan pemeriksaan sederhana, pemeberian makanan tambahan. Lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu dikategorikan sebagai lansia aktif (Kemenkes RI, 2023). Di sisi lain, lansia yang tidak mengikuti kegiatan posyandu dikategorikan sebagai lansia tidak aktif (pasif). Keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia terbukti dapat meminimalkan angka kesakitan pada lansia (Kemenkes RI, 2020). Posyandu lansia bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku positif lansia, serta meningkatkan mutu dan derajat kesehatan mereka (Sulistiyani & Kusumawardani, 2020). Oleh karena itu, dibutuhkan kemauan yang kuat dari lansia untuk mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan rutin oleh kader posyandu (Nugroho et al., 2023).

Perilaku aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia dapat meminimalkan permasalahan kesehatan lansia yang muncul akibat proses penuaan. Hal ini karena penyakit dapat dideteksi secara dini dan lansia mendapatkan edukasi kesehatan yang komprehensif (Kemenkes RI, 2023). Selain itu, aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia juga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan Usia Harapan Hidup (UHH) lansia (Sulistiyani & Kusumawardani, 2020).

Indah Rosa Hasibuan (2021) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa “lansia yang mendapat dukungan penghargaan maka peluang untuk memiliki kualitas hidup baik 2,049 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mendapat dukungan.” Konsep kualitas hidup berkaitan dengan kesejahteraan individu secara keseluruhan di tahun-tahun terakhirnya, yang mencakup beberapa dimensi seperti kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, dan interaksi sosial.

Berdasarkan survei pendahuluan, 56,3% lansia dengan kualitas hidup rendah di wilayah operasi Puskesmas Batu Bandung Kabupaten Kepahiang mendapat pendampingan dari keluarga, sedangkan 68,7% konsisten mengunjungi posyandu. Hasil observasi penulis di Puskesmas Batu Bandung disampaikan dari ketua program posyandu lansia alasan terbentuknya posyandu lansia adalah karena di desa Batu Bandung terdapat 3 posyandu lansia yang terbentuk ( $\pm$ ) 4 tahun. Dari wawancara pada 4 lansia dengan usia 60 tahun didapatkan hasil karena gaya hidup yang kurang sehat seperti mengkonsumsi garam berlebih, kurangnya olahraga, pola tidur yang terganggu. Dalam upaya peningkatan kualitas hidup pada lansia di desa Batu Bandung maka 3 lansia rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia yang diadakan di desa Batu Bandung. Lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu mengatakan merasa lebih baik terutama pada kesehatannya setelah mengikuti kegiatan posyandu setiap bulan karena bisa mengetahui keadaan kesehatannya dan merasa senang dengan kegiatan posyandu lansia yang diadakan seperti senam lansia.



## LANDASAN TEORI

Usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Masa ini dimulai dari umur enam puluh sampai meninggal, yang ditandai dengan adanya perubahan bersifat fisik dan psikologis yang semakin menurun (Wibowo, 2018).

Kualitas hidup adalah suatu komponen kebahagiaan dan kepuasan terhadap kehidupan yang mencakup usia harapan hidup, kesehatan mental maupun, fungsi fisik, fungsi kognitif dan psikologis, kondisi lingkungan sekitar rumah serta pendapatan dan dukungan. Kualitas hidup sangat memiliki keterikatan dengan kesehatan sebab dalam suatu kepuasan atau kebahagiaan dalam individu dipengaruhi oleh kesehatannya. Didalam kehidupan sehari-hari, menjaga kualitas hidup lansia sangat dianjurkan, karena kondisi lansia yang sangat berkualitas memiliki kondisi fungsi yang sangat efektif sehingga para lanjut usia dapat menikmati dimasa-masa usia tuanya dengan nyaman (Seftiani, Hendra, & Maulana, 2018)

Menurut World Health Organization Quality of Life Group (WHOQOL Group) kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi individual terhadap posisinya dalam kehidupan pada konteks sistem nilai dan budaya dimana mereka tinggal dan dalam berhubungan dengan tujuannya, pengharapan, normanorma dan kepedulian menyatu dalam hal yang kompleks kesehatan fisik seseorang, keadaan psikologis, level kemandirian, hubungan sosial, kepercayaan-kepercayaan personal kualitas hidup merupakan persepsi atau penilaian subjektif dari individu yang mencakup beberapa aspek sekaligus, yang meliputi kondisi fisik, psikologis, sosial, kognitif, hubungan dengan peran, aspek spiritual dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari (Azizah & Hartani, 2016).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan jenis penelitian bersifat observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Bandung yang dilakukan pada bulan Juli 2024. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 32 orang lansia yang berusia 65-70 tahun. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu berupa KMS (Kartu Menuju Sehat) dan daftar hadir posyandu untuk mengetahui lansia yang aktif dan tidak. Sedangkan untuk mengetahui kualitas hidup lansia menggunakan Instrumen yang terdiri dari 26 item pertanyaan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu Di Puskesmas Batu Bandung Tahun 2024**

Keaktifan Lansia	Frekuensi	Presentase
Tidak Aktif	11	34,4
Aktif	21	65,6
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Dari tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar lansia aktif mengikuti posyandu lansia yaitu sebanyak 21 orang lansia (65,6%)

### Gambaran Kualitas Hidup Lansia

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Batu Bandung Tahun 2024**

Kualitas Hidup	Frekuensi	Presentase
Buruk	12	37,5
Baik	20	62,5
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Dari tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang baik yaitu sebanyak 20 orang lansia (62,5%) Hubungan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Batu Bandung Tahun 2024

**Tabel 3 Hubungan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Batu Bandung Tahun 2024**

Keaktifan Lansia	Kualitas Hidup				Total		P-Value	OR
	Buruk		Baik		n	%		
	n	%	n	%				
Tidak Aktif	8	72,7	3	27,3	11	100	0,006	11,3
Aktif	4	19	17	81	21	100		
<b>Jumlah</b>	<b>12</b>	<b>37,5</b>	<b>20</b>	<b>62,5</b>	<b>32</b>	<b>100</b>		

Dari tabel 3 diketahui dari 21 lansia yang aktif mengikuti posyandu, 17 orang (81%) lansia memiliki kualitas hidup baik dan 4 orang (19%) lansia memiliki kualitas hidup buruk. Diketahui dari 11 lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu 8 orang (72,7%) lansia memiliki kualitas hidup buruk dan 3 orang (23,7%) memiliki kualitas hidup baik.

Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,006 yang berarti ada hubungan antara keaktifan lansia mengikuti posyandu dengan kualitas hidup lansia, nilai OR=11,3 yang berarti lansia yang aktif mengikuti posyandu 11,3 kali memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang tidak aktif mengikuti posyandu

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Falen dan Budi (2020), dengan tingkat keaktifan yang tinggi maka tingkat kesehatan lanjut usia juga baik, karena bentuk pelayanan di posbindu lansia adalah pemeriksaan fisik dan mental emosional yang dicatat dan dipantau dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mengetahui lebih awal penyakit yang diderita (deteksi dini) atau ancaman masalah kesehatan yang dihadapi. Tingkat kesehatan pada umumnya dapat dilihat dari fisik meskipun terkadang tidak selalu berkorelasi positif diantara keduanya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Latifah, D., Abi Muhlisin, H. M., SKM, M., & Ambarwati, S. P. (2013). *Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Dengan Yang Tidak Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Di Desa Sirnobojo Kecamatan Pacitan*. Hasil penelitian menunjukkan 21 (58,3%) responden pada kelompok kasus memiliki kualitas hidup yang baik, dan 11 (30,6%) responden pada kelompok kontrol memiliki kualitas hidup yang baik. Rata-rata kehadiran kelompok kasus dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia sebesar 7 kali pertemuan, sementara kelompok kontrol sebanyak 3 kali pertemuan. Hasil uji Chi Square diperoleh nilai  $p=0,018$ , sehingga disimpulkan terdapat perbedaan kualitas hidup antara lansia yang aktif dengan yang tidak aktif dalam mengikuti posyandu lansia di Desa Sirnobojo Kecamatan Pacitan.

Hasil responden yang tidak aktif mengikuti kegiatan posyandu sebanyak 3 lansia (27,3%) memiliki kualitas hidup baik dan sebanyak 8 lansia (72,7%) memiliki kualitas hidup buruk. Hal ini disebabkan oleh kunjungan ke posyandu bukanlah faktor yang utama. Seringkali kegiatan posyandu yang diadakan setiap bulan sekali pada hari dan tanggal yang ditetapkan berbarengan dengan kegiatan yang dilakukan oleh responden. Karena kegiatan yang bersamaan waktunya maka responden banyak yang tidak aktif. Faktor lain selain factor waktu diketahui factor jarak tempuh menyebabkan lansia enggan untuk datang ke posyandu lansia.

Sedangkan responden yang aktif mengikuti kegiatan posyandu sebanyak 4 lansia (19%) yang memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 17 lansia (15,9%) memiliki kualitas hidup baik. Hal ini disebabkan oleh responden yang mengalami keluhan, serta gerak fisik yang mulai menurun akan berdampak pada menurunnya kualitas hidup. Kualitas hidup responden dapat diketahui dari responden mulai jarang ke luar rumah. Dengan berkurangnya interaksi sosial menjadikan responden semakin menutup diri dan kualitas hidupnya menurun.

Menurut peneliti Posyandu lansia merupakan salah satu program Puskesmas yang metodenya untuk meningkatkan kualitas dan memperbaiki pola hidup lansia sehingga diharapkan dapat meningkatkan angka harapan hidup lansia dan mengurangi munculnya berbagai penyakit degeneratif serta berbagai komplikasinya. Aktif yang di maksud yaitu yang memenuhi kriteria yaitu terdaftar sebagai anggota Posyandu lansia dan mengikuti kegiatan minimal selama satu tahun terakhir,





bersedia menjadi responden, responden kooperatif, bisa berbicara dan mendengar, dan tinggal dengan keluarga.

Kegiatan posyandu lansia yang berjalan dengan baik akan memberi kemudahan bagi lansia dalam mendapatkan pelayanan kesehatan dasar, sehingga kualitas hidup masyarakat di usia lanjut tetap terjaga dengan baik dan optimal. Berbagai kegiatan dan program posyandu lansia tersebut sangat baik dan banyak memberikan manfaat bagi para lansia. Seharusnya para lansia berupaya memanfaatkan adanya posyandu tersebut sebaik mungkin, agar kesehatan para lansia dapat terpelihara dan terpantau secara optimal.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Sebagian besar lansia aktif mengikuti posyandu lansia yaitu sebanyak 21 orang lansia (65,6%)
2. Sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang baik yaitu sebanyak 20 orang lansia (62,5%)
3. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,006 yang berarti ada hubungan antara keaktifan lansia mengikuti posyandu dengan kualitas hidup lansia dengan nilai OR=11,3

### Saran

1. Bagi Lansia  
Bagi lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia agar dapat mempertahankan dan meningkatkan keaktifannya dalam mengikuti kegiatan Posyandu Lansia, karena dari kegiatan tersebut terdapat banyak manfaat bagi lansia seperti kesehatan lansia dapat terkontrol dengan melakukan pemeriksaan kesehatan minimal satu kali sebulan dan merupakan wadah dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Bagi lansia yang tidak aktif agar lebih terlibat dalam mengikuti kegiatan Posyandu Lansia.
2. Bagi Puskesmas Batu Bandung  
Diharapkan petugas puskesmas melakukan penyuluhan dan sosialisasi pentingnya posyandu lansia dikalangan masyarakat agar kunjungan lansia ke posyandu lebih maksimal guna meningkatkan standar kualitas hidup lansia dalam menjalani masa tua mereka.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel yang berhubungan dengan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu yang belum masuk ke dalam penelitian ini seperti pengetahuan dan sikap lansia, dukungan keluarga, jarak rumah dengan lokasi posyandu dan sikap petugas posyandu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, R. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan.
- Dinkes Kepahiang. (2023). Data Penduduk Lanjut Usia di Kabupaten Kepahiang.
- Fallen, R., & R.Budi Dwi .K. (2020). Catatan kuliah keperawatan komunitas. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hikmawati, Marasabessy, N. B., & Pelu, A. D. (2022). Tingkat Pengetahuan Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2023). Rencana aksi nasional lansia 2023-2027. Jakarta: Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Latifah, D., Abi Muhlisin, H. M., SKM, M., & Ambarwati, S. P. (2013). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Dengan Yang Tidak Aktif
- Nugroho, A. D., Sulistyarningsih, D. R., & Wulandari, A. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keaktifan Lansia dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 51-58.
- Pratiwi, D. A. (2018). Kesehatan Lanjut Usia: Menuju Lansia Sehat dan Mandiri. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Seftiani, L., Hendra, & Maulana, M. A. (2018). Hubungan Kualitas Hidup Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kelurahan Sungai Beliang Kecamatan Pontianak Barat.

- Sulistiyani, R. A., & Kusumawardani, D. (2020). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia Melalui Posyandu Lansia. *Jurnal Gerontik*, 27(1), 28-35.
- WHO. (2020). World Population Ageing 2020 Highlights. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Wibowo, A & Tim (2018). Kesehatan Masyarakat di Indonesia : Konsep, Aplikasi dan Tantangan. Jakarta : Rajawali Pers