

## EDUKASI PERUBAHAN FISIK DAN PSIKOLOGI LANSIA DENGAN PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA KADER

**Listia Dwi Febriati<sup>1</sup>, Zahrah Zakiyah<sup>2</sup>, Ester Ratnaningsih<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana FIKES UNRIYO, DI Yogyakarta, Indonesia

Email: listiadwi@respati.ac.id<sup>1</sup>, zahrahzakiyah@respati.ac.id<sup>2</sup>, esterratna@respati.ac.id<sup>3</sup>

### Abstrak

Berdasarkan UUD Nomor 13 Tahun 1998 Lanjut Usia merupakan seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Persentase Lansia meningkat dua kali lipat pada tahun 1971-2020 yakni menjadi 9,92 persen (26 juta-an), jumlah lansia perempuan lebih bayak satu persen dibandingkan laki-laki 10,43 persen berbanding 9,42 persen. Pada tahun ini sudah ada enam provinsi yang memiliki struktur penduduk tua di mana penduduk lansianya sudah mencapai 10 persen, salah satunya yaitu: DI Yogyakarta (14,71 persen) (Badan Pusat Statistik, 2020). Padukuhan Duku terletak di Desa Jambidan Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul, DI Yogyakarta. Terdiri dari 4 kampung dan 2 perumahan. Adapun kampung Di Padukuhan Duku antara lain kampung Genengan, Kampung Dhuku, Kampung Jambidan Kidul, Kampung Jambidan Lor. Dusun Duku dengan adanya pandemic covid- 19 semua kegiatan belum boleh dilakukan, termasuk Posyandu Lansia. Hal ini memberikan dampak yang sangat signifikan salah satunya terhadap kondisi psikis. Kegiatan yang dilakukan dalam bentuk edukasi Kader lansia harapannya mampu memberikan peningkatan kapasitas kader dalam mendampingi lansia. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu dengan cara penyuluhan kepada Kader tentang materi perubahan fisik dan psikologi pada lansia. Sebelum penyuluhan kader diberikan pre test dan selesai kegiatan penyuluhan dilanjutkan sesi Tanya jawab dan post test. Hasil dan pembahasan; kegiatan penyuluhan terlaksana dengan dihadiri 18 kader lansia dan diperoleh hasil terjadi peningkatan pengetahuan sebelum edukasi dan setelah edukasi yaitu sebelum edukasi kategori pengetahuan sebagian besar dalam kategori Cukup 72,22% sedangkan setelah perlakuan edukasi sebagian besar kategori Baik 55,5%.

**Kata Kunci:** Edukasi Kader; Perubahan Fisik Lansia; Perubahan Psikis Lansia

### Abstract

Based on 1998 UUD #13 Continue Age is a person turning 60 years old. The proportion of older people doubled from 1971 to 2020, to 9.92% (about 26 million people), with 10.43% compared to 9.42% overall, with 1% more older women than men. This year, there are already six provinces with demographics that have already reached 10% of the elderly population, one of which is: DI Yogyakarta (14.71%) (Badan Pusat Statistik, 2020). Padukuhan Duku is located in Jambidan Sub-district Bangantapan Regency Bantul Village, DI Yogyakarta. It consists of four villages and two dwellings. For Padukuhan Duku villages, there are Genengan Village, Dhuku Village, Jambidan South Village and Jambidan Lor Village. Hamlet of Duku doing Covid-19 pandemic activity. This includes an integrated care center for the elderly. This has a huge impact on his one mental state alone. Activities carried out in the form of executive training for seniors. He sees it as a good fit to enable expanded capacity for cadres who attend to the elderly. The methods used in this activity are his advice for executive methods on the theory, physique and psychology of the elderly. We had a preliminary exam before the consultation team and had an activity consultation. Next Q&A and post-test. Results and Discussion; activity counseling attended by 18 senior executives and results obtained.

**Keywords:** Manager Education; Old Physical Change; Old Psychological Change

### PENDAHULUAN

Berdasarkan UUD Nomor 13 Tahun 1998 Lanjut Usia merupakan seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Persentase Lansia meningkat dua kali lipat pada tahun 1971-2020 yakni menjadi 9,92 persen (26 juta-an), jumlah lansia perempuan lebih bayak satu persen dibandingkan laki-laki 10,43 persen berbanding 9,42 persen. Pada tahun ini sudah ada enam provinsi yang memiliki struktur penduduk tua di mana penduduk lansianya sudah mencapai 10 persen, salah satunya yaitu: DI Yogyakarta (14,71 persen). Konsekuensi dan tantangan akibat peningkatan jumlah penduduk lansia semakin kompleks. Hal ini akan mencakup pada berbagai aspek kehidupan Lansia (Badan Pusat Statistik, 2020).

Aspek yang penting yang berdampak terhadap kualitas hidup lansia yaitu salah satunya kesehatan. Dalam aspek kesehatan masih ada separuh lansia yang mengalami keluhan kesehatan selama satu bulan terakhir. Walaupun angka kesakitan lansia semakin menurun setiap tahun. Memasuki usia senja lansia memerlukan dukungan sosial dan ekonomi. (Badan Pusat Statistik, 2020).

Berdasarkan penelitian oleh Nugroho, SN dan Febriati, LD Tahun 2019 Dengan Judul Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Penerimaan Lansia dalam Menghadapi Perubahan Fisik dan Psikologis diperoleh bahwa Perubahan Fisik yang sering terjadi pada lansia yaitu munculnya Asam Urat, hipertensi, cepat lelah. Selain keluhan tersebut antara lain katarak dan sesak nafas. Perubahan Psikis yang sering dialami lansia yaitu mudah sensitive dan mudah marah namun semua lansia menerima perubahan yang terjadi (Nugroho & Febriati, 2019).

Peran kader dalam posyandu lansia yaitu mampu mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia. Harapan lain para lansia menjadi lebih tahu tentang manfaat posyandu bagi kehidupannya, lansia menjadi lebih aktif untuk datang pada kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh Posyandu Lansia (Uji & Kurnia, 2019).

Berdasarkan penelitian tentang peran edukasi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat pada manfaat bahan alam sebagai obat tradisional terdapat perbedaan bermakna pada tingkat pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, sehingga diperlukan upaya edukasi melalui pemberian informasi baik secara langsung maupun tidak langsung maupun tidak langsung melalui penyuluhan kepada kader karena hal ini mampu merubah pengetahuan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat (Zahrah & Dkk, 2020).

Padukuhan Duku terletak di Desa Jambidan Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul, DI Yogyakarta. Terdiri dari 4 kampung dan 2 perumahan. Adapun kampung Di Padukuhan Duku antara lain kampung Genengan, Kampung Dhuku, Kampung Jambidan Kidul, Kampung Jambidan Lor. Dusun Duku dengan adanya pandemic covid- 19 semua kegiatan belum boleh dilakukan, termasuk Posyandu Lansia. Hal ini memberikan dampak yang sangat signifikan salah satunya kondisi psikis lansia. Pelayanan kesehatan dengan berbasis perawatan dirumah dapat menjadi alternative strategi untuk masa depan. Namun hal ini membutuhkan investasi dana dan sumber daya manusia yang besar. Sistem ini dapat mengurangi beban keluarga dalam perawatan lansia. Dengan adanya kegiatan Posyandu Lansia tutup, maka kegiatan lansia di lima meja tidak bisa dilakukan. Artinya lansia benar-benar vakum dari kegiatan sosial maupun pelayanan kesehatan. Hal ini perlu memulai gerakan yang berawal dari kader untuk bisa dijadikan bekal kader dalam pendampingan Lansia. Adapun yang dapat kita upayakan melalui kegiatan PKM ini yaitu memberikan edukasi kepada kader supaya mampu memahami lansia baik dari aspek perubahan fisik dan perubahan psikis.

## METODE

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pegabdian masyarakat ialah dengan melibatkan kader yaitu memberikan peningkatan kapasitas kader melalui penyuluhan. Adapun penyuluhan yang dilakukan antara lain mengenai perubahan Fisik dan Psikologi Lansia. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat peserta/ kader mendapatkan fasilitas materi, Souvenir dan snack saat pelaksanaan kegiatan. Penyuluhan dilakukan di Posyandu Lansia Padukuhan Duku Desa Jambidan Banguntapan Bantul DI Yogyakarta pada hari rabu tanggal 31 Agustus 2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Responden

	Karakteristik	Jumlah (n= 18)	Prosentase (%)
Usia	20-25 tahun	1	5.5
	26-30 tahun	0	0
	31-35 tahun	0	0
	36-40 tahun	7	39
	41-45 tahun	4	22.2
	46-50 tahun	5	27.8
	>50 tahun	1	5.5
Pendidikan	Dasar	2	11.2
	Menengah	8	44.4
	Tinggi	8	44.4

Pekerjaan	Bekerja	6	33.3
	Tidak Bekerja	12	66.7

Sumber: Data Primer (2022)

Tabel 3.1 menggambarkan keadaan karakteristik peserta pengabdian masyarakat. Usia yang mendominasi responden adalah 36-40 tahun dengan jumlah responden 7 (39%). Tingkat pendidikan terdapat dua level pendidikan yang sama banyak yaitu pendidikan dasar sebanyak 8 responden (44.4%) dan pendidikan Menengah sebanyak 8 responden juga (44.4%). Pada karakteristik pekerjaan responden masuk dalam kategori paling banyak tidak bekerja sebanyak 12 responden (66.7%).

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Perlakuan		Sesudah Perlakuan	
	Jumlah (n=18)	Prosentase (%)	Jumlah (n=18)	Prosentase (%)
Baik (76%-100%)	5	27.7	10	55.5
Cukup (56%-75%)	13	72.22	8	44.4
Kurang (<=55%)	0	0	0	0

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 3.2, diketahui terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Sebelum pemberian edukasi tingkat pengetahuan baik berjumlah 5 responden (27.7%), sedangkan sesudah pemberian edukasi jumlah tingkat pengetahuan baik meningkat menjadi 10 responden (55.5%).

Tabel 3 Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Test	n	Statistic deskriptif	Paired T-test			
			M (Std.D)	t	df	Sig (2-tailed)
Pre Test	18	10,55643		-2,482	17	0,024
Post Test	18	10,60275				

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 3 hasil uji beda terlihat bahwa nilai signifikan  $0,024 < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan.



Gambar. 1 (a), (b) Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Sumber: Data Primer, (2022)

Posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah yang sudah disepakati, yang digerakkan oleh masyarakat dimana mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan. Posyandu lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggarannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial penyelenggaranya. Kader adalah

seorang tenaga sukarela yang direkrut dari, oleh dan untuk masyarakat, yang bertugas membantu kelancaran pelayanan kesehatan (Golantang, 2020).

Kegiatan edukasi ini, memberikan pengetahuan kepada lansia tentang perubahan fisik dan perubahan psikologi pada lansia sebagai bentuk upaya peningkatan kapasitas kepada lansia. Berdasarkan kegiatan PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) yang dilakukan oleh Mujiatuti, dkk tentang edukasi skrining gizi lansia untuk kader posyandu Lansia RW 011 Kelurahan Penggilingan menyatakan bahwa Edukasi mampu meningkatkan kapasitas pada kader tersebut (Mujiastuti et al., 2021).

Penelitian lainnya tentang Peran Edukasi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat pada manfaat bahan alam sebagai obat tradisional oleh Zahrah, dkk memberikan hasil bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi berupa penyuluhan mampu memberikan perubahan pengetahuan (Zahrah & Dkk, 2020).

Manfaat adanya posyandu lansia adalah agar lansia yang mandiri dalam masyarakat. Dalam hal ini peningkatan kapasitas kader seperti yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat di posyandu sangat bermanfaat demi kemajuan dan peningkatan kinerja posyandu. Permasalahan yang dapat dilihat dari lansia antara lain masalah fisiologis keadaan fungsi tubuh menurun dan permasalahan psikologis seperti kesepian dll (Khuluqo & Nuryati, 2020).

## SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat sebelum kegiatan dilaksanakan menunjukkan hasil pre test mayoritas tingkat pengetahuan cukup sebanyak 13 Peserta (72,22) sedangkan setelah penyuluhan pengetahuan warga mayoritas kategori baik yaitu 10 responden (55,5%). Rekomendasi diberikan kepada masyarakat Padukuhan Duku, meliputi Diharapkan masyarakat khususnya kader bisa berbagi ilmu dan memanfaatkan ilmu dalam pendampingan kepada lansia setiap kegiatan Posyandu Lansia.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini tidak lepas dengan bantuan dari berbagai pihak, khususnya kepada Bapak Dukuh yang memberikan Ijin untuk dilakukannya kegiatan PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) ini, selanjutnya pula kepada Para Kader Lansia yang antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga berakhirnya kegiatan PKM ini. Kami ucapan terimakasih pula pada TIM pengabdian masyarakat yang solid bergerah cepat dalam proses kegiatan baik dalam pengumpulan Data Studi pendahuluan hingga kegiatan pre test dan post test.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2020). Statistik penduduk Lanjut Usia 2020. *Badan Pusat Statistik*, 1. <https://www.bps.go.id/publication/2020/12/21/0fc023221965624a644c1111/statistik-penduduk-lanjut-usia-2020.html>
- Golantang, B. (2020). *Program Posyandu Lansia*. <https://golantang.bkkbn.go.id/program-posyandu-lansia>
- Khuluqo, I. El, & Nuryati, T. (2020). Pelatihan dan pendampingan kader Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimuning. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.36722/jpm.v2i1.358>
- Mujiastuti, R., Rita, E., Ambo, S. N., Herlina, L., Susilowati, E., & Sugiartowo, S. (2021). Edukasi Skrining Gizi Lansia Untuk Kader Posyandu Lansia Rw 011 Kelurahan Penggilingan. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 383–390. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i2.1609>
- Nugroho, S. M., & Febriati, L. D. (2019). Pengaruh dukungan keluarga terhadap penerimaan Lansia dalam menghadapi perubahan fisik dan psikososial di Dusun Sampangan Wirokerten Banguntapan Bantul Yogyakarta. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 86. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i1.213>
- Uji, U., & Kurnia, A. (2019). Pengaruh peran kader terhadap pemanfaatan Posyandu Lansia di Desa Kragilan. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 3(1), 315–321. <https://doi.org/10.54877/maternal.v3i1.734>
- Zahrah, Z., & Dkk. (2020). Peran Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Pada Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisional. *Jurnal Seminar UNRIYO*, 542–547.