

**PEMBENTUKAN KELAS LANSIA DAN PENDAMPINGAN
LANSIA DI DESA NGABEAN KECAMATAN BOJA
KABUPATEN KENDAL**

PA. Indriati

Anisah Anggraeni^{*)}, Gita Ayu Aulia ^{)}, Novia Rahayu ^{**)}**

^{)} Dosen Program Studi D3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang*

*^{**)} Mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang*

ABSTRAK

Keberhasilan sumber daya manusia dalam bidang kesehatan akan berdampak pada menurunnya tingkat kematian bayi, menurunnya fertilitas serta meningkatnya usia harapan hidup. Peningkatan usia harapan hidup akan mengakibatkan bertambahnya keberadaan lansia. Pada tahun 2010 diperkirakan usia harapan hidup penduduk Indonesia adalah 67,4 tahun dengan jumlah lansia mencapai 23,9 juta jiwa (9,77%) dan diperkirakan akan menjadi 28 juta lebih pada tahun 2020 (Kementerian Bidang Koordinator Kesejahteraan Rakyat, 2010). Berdasarkan hal tersebut tim pengabdian masyarakat mengadakan penyuluhan tentang pembentukan kelas lansia dan pendampingan lansia. Target dan luaran pengabdian masyarakat ini adalah tersedianya kader kesehatan lansia, terbentuknya kelas lansia di desa ngabean, meningkatnya pengetahuan kader kesehatan tentang gizi lansia, meningkatnya pengetahuan kader kesehatan tentang kesehatan lansia, terlaksananya kelas lansia satu bulan sekali, dan laporan kegiatan pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab. Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan berjalan dengan lancar dan diikuti oleh 24 lansia, kader, bidan dan mahasiswa.

Kata Kunci : kelas lansia, pendampingan lansia

ABSTRACT

The Indonesian Ministry of Health is developing a Public Health Development Index (IPKM) consisting of 24 major health indicators, as a reference for the success of health development in a province or district. One absolute indicator and has a high weight is basic immunization. Based on the results of Riskesdas 2010, in Indonesia the average complete basic immunization coverage only reached 53.8% (with a range of 28.2% - 96.11%). From these data it is known that basic immunization coverage in Indonesia has not reached the target. Based on this, the community service team conducted counseling on the importance of

complete basic immunization for children. This community service target is to increase public knowledge about the importance of basic immunization in infants. Expected outcomes for all mothers of infants and toddlers are motivated to come to the posyandu so that their children's growth can be monitored. The method used is lectures, discussions and question and answer. The results of this community service were counseling went smoothly and was attended by 36 participants, namely mothers under five, cadres, midwives and students.

Keywords: counseling, basic immunization

ANALISIS SITUASI

Keberhasilan sumber daya manusia dalam bidang kesehatan akan berdampak pada menurunnya tingkat kematian bayi, menurunnya fertilitas serta meningkatnya usia harapan hidup. Peningkatan usia harapan hidup akan mengakibatkan bertambahnya keberadaan lansia. Pada tahun 2010 diperkirakan usia harapan hidup penduduk Indonesia adalah 67,4 tahun dengan jumlah lansia mencapai 23,9 juta jiwa (9,77%) dan diperkirakan akan menjadi 28 juta lebih pada tahun 2020 (Kementerian Bidang Koordinator Kesejahteraan Rakyat, 2010). Proses menua hanya dapat diperlambat dengan jalan mengetahui dasar menua dari segi dasar biologis, oleh sebab itu sangatlah tepat jika kita harus menyiapkan diri masing-masing agar pada usia tua tetap segar, sehat dan luwes dalam penampilan. Proses menua diakibatkan oleh 65% faktor genetik dan 35% lainnya disebabkan oleh faktor malnutrisi, radiasi dan faktor lainnya dan proses ini pasti akan terjadi pada setiap manusia.

Masalah gizi pada lansia dapat disebabkan oleh perubahan

lingkungan dan status kesehatan lansia itu sendiri. Secara alamiah lansia akan mengalami suatu degenerasi organ-organ tubuh. Minimnya pengetahuan tentang gizi makanan akan berdampak pada mutu dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Masalah asupan gizi makanan secara umum akan mempengaruhi keahanan tubuh dan juga secara simultan akan berpengaruh pada kesehatan lansia secara menyeluruh. Kesehatan lansia merupakan faktor utama yang mempengaruhi kehidupan secara nyaman dari lansia itu sendiri.

PERMASALAHAN MITRA

Berdasarkan analisis situasi diatas para ibu rumah tangga di Desa Ngabean Kecamatan Boja kurang memahami pentingnya kelas lansia dan juga tentang masalah kesehatan lansia yang sebenarnya dapat dijaga, dipertahankan, dimana semuanya ini akan sangat dipengaruhi oleh asupan makanan sehari-hari. Sejalan dengan itu, permasalahan mitra adalah:

1. belum adanya kelas lansia di Desa Ngabean

2. Para kader kesehatan untuk lansia belum memahami tentang kesehatan lansia
3. Para kader kesehatan untuk lansia belum memahami pentingnya gizi bagi lansia.

MANFAAT KEGIATAN

TARGET DAN LUARAN

1. Tersedianya kader kesehatan lansia
2. Terbentuknya kelas lansia di Desa Ngabean

METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab. Langkah kegiatan yang ditempuh :

1. Pemilihan kader bagi lansia, pada kegiatan ini dilakukan survey dan kemudian diberikan kesempatan bagi warga yang berminat. Dalam pemilihan kader di pilih 12 kader.
2. Pelatihan para calon kader lansia. Pada kegiatan ini kader dilatih mengenai pengelolaan kelas lansia. Metode yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab.
3. Penyuluhan kesehatan lansia dan kesehatannya. Penyuluhan ini dihadiri oleh 24 lansia.
4. Penyuluhan mengenai gizi lansia. Pelaksanaannya dilakukan oleh lansia dan kader yang sudah dilatih. Banyak diantara lansia yang bertanya terkait gizi yang sederhana dan bisa diterapkan

Manfaat yang diperoleh dari kegiatan penyuluhan tentang pembentukan kelas lansia dan pendampingan kelas lansia diantaranya sebagai berikut:

1. Terbentuknya kelas lansia di Desa Ngabean
2. Meningkatnya

3. Meningkatnya pengetahuan kader kesehatan tentang kesehatan lansia
4. Terlaksananya kelas lansia setiap satu bulan sekali
5. Laporan kegiatan masyarakat.

dalam pemenuhan gizi sehari-hari.

5. Pelaksanaan kelas lansia tiap satu bulan sekali. Para kaderyang sudah dilatih bersama-sama membuat jadwal untuk dilakukan kelas lansia.
6. Monitoring dan evaluasi kelas lansia. Monitoring dilaksanakan sebanyak dua kali pada saat pelaksanaan kelas lansia berjalan 2 bulan dan setelah pelaksanaan kelas lansiabersjalan 4 bulan. Monev yang dilaksanakan berjalan dengan lancar dan kegiatan kelas lansia dapat berjalan sesuai harapan.

KHALAYAK STRATEGIS

Dalam kaitannya dengan kerangka pemecahan masalah, maka yang menjadi khalayak strategis adalah Bidan Desa dan kader untuk membantu dalam pelaksanaan kegiatan. Kader dan lansia adalah

target dalam pengabdian masyarakat ini.

WAKTU DAN TEMPAT

Pelaksanaan pemilihan kader dilaksanakan pada tanggal 28 februari 2014. Pelatihan calon kader kesehatan lansia dilaksanakan pada tanggal 11 maret 2014. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 27 maret 2014 yang bertempat di Desa Ngabean.

KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

Anggota kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari dosen program studi D.3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang yang menjadi anggota tim matakuliah asuhan kehamilan. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian ini melibatkan mahasiswa program studi D.3 Kebidanan

Di sisi lain, STIKES Telogorejo merupakan bagian integral dari masyarakat. Keberadaannya sangat ditentukan oleh masyarakat sekitar. Oleh karena itu agar mendapat perhatian dan pengakuan dari masyarakat, maka STIKES Telogorejo perlu melakukan pengabdian kepada masyarakat sehingga sedapat mungkin dapat ikut membantu memecahkan masalah yang ada di masyarakat. Kegiatan pengabdian ini bagi STIKES Telogorejo merupakan perwujudan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga, yaitu pengabdian masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan ini diikuti oleh 12 peserta, pada kegiatan ini para kader diberikan pembekalan tentang bagaimana mengelola kelas bagi lansia. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode tanya jawab. Kegiatan ini diikuti oleh 28 lansia dan para kader yang sudah dilatih. Tindak lanjut dari kegiatan ini dilaksanakan oleh para kader yang telah dilatih. Para kader yang telah dilatih merencanakan pertemuan untuk kelas lansia satu bulan sekali.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 12 kader kesehatan lansia. Semua peserta terlibat dalam proses pelatihan, dan penyuluhan. Dan pada kegiatan penyuluhan diikuti 27 lansia. Setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat para kader kesehatan lansia dan lansia semakin meningkat pengetahuan tentang pentingnya kelas lansia dan pentingnya menjaga kesehatan terutama pola makan.

Untuk menindaklanjuti kegiatan ini disarankan ada kegiatan berkesinambungan yang dapat dilaksanakan kegiatan secara kontinyu yang antara lain adanya kelas lansia secara rutin setiap bulan dengan bisa bekerjasama dengan puskesmas Boja I.

DAFTAR PUSTAKA

Mubarak. Wahid Iqbal. (2007). Promosi Kesehatan. Yogyakarta :Graha Ilmu

- Mubarak. Wahid Iqbal. (2009).
Sosiologi Untuk keperawatan
Pengantar dan Teori. Jakarta:
Salemba Medika
- Notoatmodjo. 2007. Promosi
Kesehatan dan Ilmu Perilaku.
Cetakan I. Jakarta : PT. Rineka
Cipta
- Rosidawati. 2008. Mengenal usia
lanjut dan perawatanya. Jakarta:
Salemba Medika