

Pemberdayaan Dan Peningkatan Mutu Kesehatan Lansia Di Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya Kota Denpasar

Ni Luh Putu Ening Permini¹, Ni Kadek Astariani², I Wayan Sumarkandia³
Universitas Ngurah Rai Denpasar Bali

Korespondensi : ening.permini@unr.ac.id

Article History:

Received: Oktober 30, 2023

Accepted: November 29, 2023

Published: December 31, 2023

Keywords: Improvement,
Elderly Health, Elderly
Empowerment

Abstract. Indonesia is included in the aging society, which is the category of a country that has an elderly population above 7%. Along with the increasing life expectancy of the population in Indonesia, the Province of Bali is included in the fourth category of society with an old structure. This proves that with such a large number of elderly, there should be a contribution of more effective elderly services, because the higher the problem of the elderly can be helped and handled, the better the elderly will be and will extend their life expectancy. To answer the problems of the elderly, several activities were carried out including: health checks for the elderly and other activities that support the improvement of the health quality of the elderly. Furthermore, providing training and guidance to the elderly to be able to do fitness exercises to stay healthy physically and psychologically, as well as socializing PHBS for the elderly. Therefore, this activity needs to work with partners so that it can be useful for the elderly at the Tresna Wreda Wana Seraya Social Institution, Denpasar.

Abstrak

Indonesia masuk dalam *aging society*, yaitu kategori sebuah negara memiliki populasi lansia di atas 7%. Seiring dengan meningkatnya angka usia harapan hidup penduduk di Indonesia, Provinsi Bali termasuk kategori keempat masyarakat yang berstruktur tua. Ini membuktikan bahwa dengan jumlah lansia yang begitu banyak, mestinya ada kontribusi layanan lansia yang lebih efektif, sebab semakin tinggi masalah lansia dapat dibantu dan tertangani, maka lansia akan semakin baik dan akan memperpanjang usia harapan hidup bagi mereka. Untuk menjawab permasalahan lansia maka dilakukan beberapa kegiatan diantaranya: pemeriksaan kesehatan bagi lansia serta kegiatan lainnya yang menunjang peningkatan mutu kesehatan lansia. Selanjutnya, memberikan latihan dan bimbingan kepada lansia untuk dapat melakukan senam kebugaran agar tetap sehat secara fisik maupun psikis, serta melakukan sosialisasi PHBS bagi lansia. Oleh sebab itu, kegiatan ini perlu bekerjasama dengan mitra agar dapat bermanfaat bagi lansia di Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya Denpasar.

Kata Kunci : Peningkatan, Kesehatan Lansia, Pemberdayaan Lansia

PENDAHULUAN

Indonesia masuk dalam *aging society*, yaitu kategori sebuah negara memiliki populasi lansia di atas 7%. Seiring dengan meningkatnya angka usia harapan hidup penduduk di Indonesia, Provinsi Bali termasuk kategori keempat masyarakat yang berstruktur tua yang di mana jumlah penduduk lansia di Bali diperkirakan berkisar 517.500 orang, sedangkan yang terdata terlantar sejumlah 15.579 orang dari jumlah penduduk 4,5 juta jiwa.

Dalam perjalanan hidup manusia, proses menua merupakan suatu peristiwa yang hal tersebut akan dilalui oleh semua orang yang diberikan umur panjang dan akan terjadi secara terus menerus (Nugroho, 2008 dalam Puspita Harapan dkk, 2014). Proses penuaan itu sendiri dibagi menjadi dua, yaitu proses penuaan primer (*primary aging*) yang merupakan proses degenerasi di dalam tubuh secara perlahan dan tidak dapat dihindari karena akan terjadi secara

* Ni Luh Putu Ening Permini , ening.permini@unr.ac.id

terus menerus serta tidak dapat dihentikan dengan cara apapun. Sedangkan proses penuaan sekunder (*secondary aging*) ini disebabkan karena penyalahgunaan obat dan penyakit.

Lansia sebagai populasi beresiko, memiliki tiga karakteristik resiko kesehatan yaitu, resiko biologi termasuk resiko terkait usia, resiko social dan lingkungan, serta resiko perilaku atau gaya hidup . Layanan bagi Lansia juga belum tersedia tempat untuk aktivitas dengan layanan untuk lansia secara *representative* karena masih menggunakan secara bersama dengan ibu hamil dan anak balita. Oleh karenanya, pelayanan pemeriksaan kesehatan lansia yang minimal setiap bulannya harus terorganisir dan diprogramkan secara baik belumlah tersedia. Padahal, lansia rentan terhadap berbagai penyakit yang muncul akibat usia lansia yang bukan lagi muda. pusat pelayanan lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah tertentu, yang disepakati dan digerakan oleh masyarakat, dimana mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan, dan pemberdayaan baik secara fisik maupun psikis.

Meskipun proses menua dan kematian merupakan proses yang menakutkan dan dikhawatirkan, namun proses itu tidak dapat dihindari oleh siapapun. Maka dari itu, dukungan sosial dari keluarga dianggap dapat meminimalisir kecemasan pada lansia untuk menghadapi kematiannya sendiri. Saat seseorang memasuki usia lanjut, dukungan sosial dari keluarga menjadi sangat penting dan berharga karena akan membuat kehidupannya lebih tenang dan bermakna. Terlebih kepada lansia yang akan menghadapi peristiwa besar dan menakutkan bagi sebagian lansia yaitu kematian.

Menurut Santrock (2012) lanjut usia beranggapan bahwa kematian merupakan pintu bagi dirinya untuk kehilangan sesuatu yang selama ini telah dimiliki. Dukungan keluarga dapat berupa sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Purnawaman dalam Saputri, 2016) mengatakan ada dua faktor yang mempengaruhi pemberian dukungan di dalam keluarga. Antara lain adalah faktor internal yang meliputi tahap perkembangan, pendidikan, faktor emosional, dan spiritual, sedangkan faktor eksternal meliputi praktik di keluarga, faktor sosial, dan latar belakang budaya.

Kebijakan pemerintah untuk mengembangkan pelayanan kesehatan bagi lanjut usia yang menyelenggarakannya, melalui program puskesmas dengan melibatkan peran serta lanjut usia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial. Ini membuktikan bahwa dengan jumlah lansia yang begitu banyak, mestinya ada kontribusi layanan lansia yang lebih efektif, sebab semakain tinggi masalah lansia dapat dibantu dan tertangani, maka lansia akan semakin baik dan akan memperpanjang usia harapan hidup bagi mereka.

Fieldman (2009) mengatakan bahwa menempatkan anggota keluarga yang lansia di

Panti Wreda lebih umum terjadi negara berkembang. Hal tersebut karena menurunnya tingkat kesuburan menghasilkan populasi lansia secara cepatehingga berkurangnya perawatan dari keluarga. Di seluruh negara, kemungkinan lansia yang hidup di Panti Wreda meningkat seiring dengan bertambahnya usia (Kinsella dan Velkoff, 2001). Untuk menyelesaikan persoalan bagaimana memberdayakan lansia demi peningkatan hidup yang sehat dari sisi kesehatan untuk itu mereka haruslah diberdayakan secara fisik maupun psikhis [6]. Contohnya Lansia dipersiapkan, untuk menjalani pemeriksaan kesehatan untuk pendeteksian dini penyakit pada lansia melalui pemeriksaan kesehatan seperti deteksi kolestrol, penyakit diabetes, dan asam urat. Selanjutnya, lansia diberikan latihan senam kebugaran untuk menjaga kebugaran tubuh para lansia. Lansia juga dihapkan selalu ada dalam kondisi lingkungan yang bersih dan sehat, sehingga untuk lansia juga diberikan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bagi lansia sehingga secara fisik maupun mental kondisi kesehatan lansia tetap terjaga.

Kegiatan – kegiatan seperti ini diharapkan akan menjadi ruang dimana ada pertemuan bagi para lansia untuk lebih dapat melakukan interaksi sosial satu dengan yang lain diantara mereka, sehingga dapat mengurangi masalah psikhis seperti merasa sendiri, merasa tidak diperhatikan oleh anak cucu, kesepian berat sehingga berdampak pada kondisi kesehatan lansia secara menyeluruh. Proses pemberdayaan bagi lansia ini diharapkan tersalurkan sangatlah diperlukan di Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya karena kegiatan-kegiatan untuk para lansia dalam meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan untuk memenuhi kebutuhan hidup lansia. Oleh sebab itu adanya kegiatan pemberdayaan lansia khusus di bidang kesehatan di Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya sangatlah penting.

Penyediaan layanan kesehatan bagi lansia sangatlah penting dengan berbagai program diantaranya untuk memperhatikan status kesehatan para Lansia setiapbulannya, dan perhatian kepada perbaikan asupan gisi yang bermanfaat bagi lansia, serta berbagai kegiatan yang dapat menunjang kesejahteraan bagi lansia sehingga pemberdayaan lansia dengan program-program untuk peningkatan kesejahteraan lansia terwujud.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran dilaksanakan kegiatan ini adalah lansia pada Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya, beralamat di Jalan Bakung I No.66, Kesiman Kertalangu, Kec. Denpasar Tim., Kota Denpasar. Merupakan Panti Jompo milik pemerintah yang telah berdiri sejak tanggal 25 Oktober 1975. Panti jompo ini didirikan dengan tujuan untuk menampung para Lansia yang kurang mampu dan terlantar. Hal ini untuk mencegah terjadinya penelantaran dan kekerasan

baik secara fisik maupun psikologi kepada mereka yang sudah lanjut usia. Sesuai namanya, mereka yang tinggal di Panti ini adalah para lansia minimal berusia 60 tahun.

Adapun langkah-langkah Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut

Tahap Persiapan

- 1) Tim mengadakan pertemuan untuk menyusun rencana kegiatan
- 2) Untuk kegiatan pemeriksaan kesehatan tim bekerjasama dengan Dinas kesehatan terkait dan tim medis yang tersedia di Panti Sosial Tresna Wreda Wana Seraya
- 3) Tim mengadakan pertemuan untuk mempersiapkan materi-materi dan menentukan narasumber untuk setiap kegiatan seperti menghadirkan instruktur senam, pelatih seni baik suara, *mejejaitan*, dll serta pemberian materi sosialisasi PHBS.

Tahap Pelaksanaan

1. Pemberian materi, dan materi yang diberikan yaitu:

- a) Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilakukan antar lain pemeriksaan penyakit diabetes, kolesterol dan asam urat kepada lansia.
- b) Kegiatan motorik dan seni dalam rangka peningkatan kualitas hidup lansia.
- c) Peningkatan pengetahuan tentang kemampuan mitra dalam mengikuti senam kebugaran untuk lansia.
- d) Membantu mitra untuk dapat melakukan senam secara mandiri
- e) Melakukan sosialisasi tentang PHBS bagi lansia agar terpenuhinya gaya hidup bersih lansia yang menuju pada perilaku hidup bersih dan sehat

Dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini, metode yang digunakan adalah dengan menggunakan strategi Ekspositori. Strategi Ekspositori dilakukan dengan cara verbal dari seorang pemateri kepada peserta dengan maksud agar peserta dapat menguasai materi pelajaran secara optimal yang didukung tanya jawab dan tukar pendapat. Dalam memahami cara atau membangun perilaku hidup bersih kepada lansia. Ini membutuhkan kerjasama diantara lansia untuk dapat memahami lewat diskusi-diskusi diantara lansia dengan pemateri. Selanjutnya metode Kolaborasi juga diberikan agar lansia dibagi dalam satu kelompok yang bervariasi tingkat kecakapannya, dan bekerja sama yang mengarah pada tujuan bersama.

Tahap Evaluasi Program

- 1) Program ini akan dievaluasi secara keberlanjutan oleh tim baik pada saat pelaksanaan program maupun saat Tim telah selesai mengerjakan tugasnya.
- 2) Kegiatan pendampingan akan terus dilakukan melalui pendampingan lanjutan dan saling berkoordinasi dengan tim, atau pemerintah negeri, untuk selalu memantau keberhasilan program.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pertemuan dengan mitra yaitu kelompok lansia yang membutuhkan layanan kesehatan, memiliki kemauan untuk diberdayakan sehingga didiskusikan dengan pemerintah negeri untuk untuk membuat keputusan pelaksanaan kegiatan. Bahwa dari rencana pelaksanaan kerja, maka dibuat kesepakatan dalam rapat. Bersama mitra maka kegiatan dilakukan dalam beberapa tahap :

- 1) Dalam pelaksanaan kegiatan pertama ini tim melakukan arahan membuka wawasan para lansia dalam rangka peningkatan pengetahuan tentang manfaat pelaksanaan pemeriksaan kesehatan dini kepada para lansia. Lansia diundang untuk hadir dan mendapatkan arahan terkait pelaksanaan pemeriksaan kesehatan bagi lansia.
- 2) Setelah mendapatkan arahan dari tim kesehatan yang hadir, lansia diarahkan untuk memerikasakan diri satu persatu yaitu dimulai dengan pemeriksaan kolestrol, diabetes dan kemudian penyakit asam urat.
- 3) Hasil pemeriksaan itu tim membantu mitra untuk rujukan mendapatkan obat dari kerjasama tim dengan petugas kesehatan sehingga para lansia dapat terbantu dengan obat-obatan yang diperoleh.
- 4) Kegiatan yang berikut adalah kegiatan melakukan atau memberikan sosialisasi tentang PHBS yang diberikan oleh seorang narasumber. Sehingga pola hidup bersih tetap dapat diikuti dan dilaksanakan.
- 5) Kegiatan selanjutnya sesuai kesepakatan dengan lansia adalah kegiatan senam kebugaran , bernyanyi , mejejaitan, dll yang dapat meningkatkan tingkat kesehatan dan kebahagiaan para lansia

KESIMPULAN

Dengan kegiatan ini para lansia maupun mitra merasa terbantu karena kesehatan para lansia tetap terkontrol. Dari segi peningkatan mutu tidak hanya terpaku pada pengecekan kesehatan saja akan tetapi juga bagaimana para lansia bisa melaksanakan pola hidup sehat. Pelaksanaan kegiatan yang memberikan motivasi seperti senam lansia, bernyanyi bersama, *mejejaitan*, bermain musik, dll. Sehingga apa yang menjadi tujuan dari program ini yakni peningkatan kualitas dan mutu kesehatan lansia dapat terwujud.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Sofa. (tanpa tahun). *Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan pada lansia Di Kota Malang*. Universitas Padjajaran Bandung.
- Basrowi & Suwandi. (2008). *Memahami penelitian kualitatif*. Jakarta: RinekaCipta.
- Diah, Ayu. (2012). *Evaluasi pelaksanaan program elderly day care service tahun 2012 di Panti Sosial Tresna Wreda Budhi Dharma Bekasi Timur*. Tesis. Fakultas Ilmu Sosial dan Politik. Universitas Indonesia.
- Friedman, M. M., Vicky R. B., & Elaine G. J. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga: riset, teori, dan praktik, Edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Hayati, S. (2010). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kesepian pada lansia*. Fakultas Psikologi : Universitas Sumatera Utara.
- Hidayah, S. (2016). *Dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia yang tinggal di UPTD Panti Sosial Tresna Wreda Nirwana Puri Samarinda*. *Psikoborneo*, 4 (3), 544-552.
- Hutapea, R. (2005). *Sehat dan ceria di usia senja*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Jafar, N., Wiarsih, W., & Henny, P. (2011). *Pengalaman lanjut usia mendapatkan dukungan keluarga*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14 (3), 157-164.
- Niven. (2013). *Psikologi kesehatan pengantar untuk perawat dan profesi kesehatan lain*. Jakarta: EGC.
- Nurmalasari, Ayu. (2010). *Bentuk dukungan keluarga terhadap sikap lansia dalam menjaga kesehatan mentalnya: Studi kualitatif terhadap lansiawanita di posyandu Lansia Harapan dan Jember Permai 1 di Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember*. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember.