

## Program Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar sebagai Upaya Pemenuhan Layanan Kesehatan Dasar bagi Lansia

Ramadan Lubis<sup>1</sup>, Azzahra Rezekina Asrini Batubara<sup>2</sup>, Khairunnisa Caniago<sup>3</sup>, Sri Rizki Azzakia Marpaung<sup>4</sup>, Dewi Handayani<sup>5</sup>, Hafiz Maulana<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: [ramadanlubis@uinsu.ac.id](mailto:ramadanlubis@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [azzahra0303241010@uinsu.ac.id](mailto:azzahra0303241010@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>, [khairunnisa0303241013@uinsu.ac.id](mailto:khairunnisa0303241013@uinsu.ac.id)<sup>3</sup>, [rizkiazzakia0303241015@uinsu.ac.id](mailto:rizkiazzakia0303241015@uinsu.ac.id)<sup>4</sup>, [dewi0303241026@uinsu.ac.id](mailto:dewi0303241026@uinsu.ac.id)<sup>5</sup>, [hafiz0303242035@uinsu.ac.id](mailto:hafiz0303242035@uinsu.ac.id)<sup>6</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar, Kecamatan Medan Deli, dalam memenuhi kebutuhan layanan kesehatan dasar bagi lansia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan kader Posyandu Lansia dan didukung oleh dokumentasi kegiatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelayanan Posyandu Lansia dilakukan melalui dua bentuk, yaitu Integrasi Layanan Primer (ILP) sebagai tempat layanan tetap dan Posyandu Mobile yang menjangkau 18 lingkungan. Layanan yang diberikan meliputi pemeriksaan kesehatan dasar, pendampingan lansia, serta rujukan ke fasilitas kesehatan bila diperlukan. Namun, pelaksanaan Posyandu masih mengalami beberapa kendala, seperti kurangnya kesadaran lansia untuk memeriksakan kesehatan secara rutin, minimnya dukungan keluarga, keterbatasan obat dan sarana, serta rendahnya kehadiran lansia laki-laki. Meskipun demikian, Posyandu Lansia tetap membantu lansia dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup mereka di lingkungan masyarakat.

Kata kunci: Posyandu Lansia, Pelayanan Kesehatan Dasar, Lansia, Layanan Masyarakat

### ABSTRACT

*This study aims to determine the implementation of the Elderly Integrated Health Post (Posyandu) in Mabar Village, Medan Deli District, in meeting the basic health care needs of the elderly. This study used qualitative methods with a descriptive approach. Data were collected through interviews with Posyandu cadres and supported by activity documentation. The results indicate that Posyandu services are provided in two forms: Integrated Primary Services (ILP) as a fixed service location and Mobile Posyandu, which covers 18 neighborhoods. Services provided include basic health checks, assistance for the elderly, and referrals to health facilities when needed. However, the implementation of Posyandu still faces several obstacles, such as a lack of awareness among the elderly about regular health checks, minimal family support, limited medicines and facilities, and low attendance by elderly men. Nevertheless, Posyandu continues to assist the elderly in maintaining their health and improving their quality of life in the community.*

*Keywords: Posyandu, Elderly, Basic Health Services, Elderly, Community Services*

## PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan kelompok masyarakat yang memerlukan perhatian khusus karena pada tahap ini seseorang mengalami penurunan fungsi fisik, mental, dan sosial. Untuk menjamin kesejahteraan mereka, berbagai lembaga dan layanan dibentuk oleh pemerintah maupun masyarakat, mulai dari panti sosial, pusat layanan kesehatan, hingga program berbasis komunitas. Lembaga-lembaga tersebut bertujuan menyediakan pendampingan, perlindungan, serta layanan kesehatan dasar agar para lansia tetap dapat menjalani kehidupan yang bermartabat dan produktif sesuai kemampuan mereka. Peran lembaga pelayanan lansia menjadi semakin penting seiring meningkatnya harapan hidup dan jumlah penduduk lanjut usia yang terus bertambah setiap tahunnya.

Salah satu bentuk pelayanan berbasis masyarakat yang berkembang di Indonesia adalah Posyandu Lansia, yaitu wadah yang menyediakan layanan kesehatan sederhana, edukasi, pemantauan kondisi tubuh, serta dukungan sosial bagi para lanjut usia. Posyandu Lansia hadir sebagai upaya mendekatkan pelayanan kepada masyarakat, sehingga lansia dapat memperoleh perhatian kesehatan secara teratur tanpa harus bergantung pada fasilitas kesehatan formal yang sering kali sulit dijangkau. Melalui kegiatan rutin seperti pemeriksaan tekanan darah, penimbangan berat badan, penyuluhan kesehatan, serta aktivitas sosial, Posyandu Lansia membantu menjaga kualitas hidup lansia serta memperkuat interaksi mereka dengan lingkungan.

Pelaksanaan Posyandu Lansia menjadi penting untuk diteliti karena efektivitasnya bergantung pada bagaimana kegiatan tersebut dijalankan di lapangan. Penelitian tentang pelaksanaan Posyandu Lansia memberikan gambaran sejauh mana program ini mampu memenuhi kebutuhan kesehatan dan sosial para lansia, bagaimana dukungan kader dan masyarakat memengaruhi keberlangsungannya, serta apa saja kendala dan potensi pengembangannya. Melalui pemahaman yang lebih mendalam terhadap pelaksanaan Posyandu Lansia, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi peningkatan mutu layanan, penguatan peran lembaga, serta perbaikan strategi pendampingan lansia di lingkungan masyarakat. Dengan demikian, kajian mengenai operasional Posyandu Lansia tidak hanya relevan bagi pengembangan program kesehatan, tetapi juga bagi upaya mewujudkan proses penuaan yang sehat, aktif, dan bermakna.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode kualitatif merupakan metode yang digunakan untuk meneliti kondisi alamiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2020:15). Penggunaan metode ini dipilih karena penelitian bertujuan menggambarkan secara mendalam bagaimana pelaksanaan Posyandu Lansia berlangsung di lapangan. Melalui pendekatan kualitatif, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai aktivitas pelayanan serta peran kader dalam mengelola

kegiatan Posyandu Lansia. Sementara itu, pendekatan deskriptif digunakan agar data yang diperoleh dapat disajikan dalam bentuk uraian naratif yang mencerminkan kondisi nyata tanpa adanya manipulasi terhadap variabel penelitian.

Dalam penelitian juga dilakukan dengan metode wawancara yang merupakan penelitian yang dilakukan secara tanya jawab antara narasumber dan peneliti untuk mendapatkan data data informasi yang berkaitan dengan judul penelitian (Sahir, 2021: 46) kader Posyandu Lansia sebagai informan utama. Wawancara tersebut memberikan informasi mengenai proses pelaksanaan program, bentuk pelayanan yang diberikan, serta berbagai kendala yang dihadapi dalam penyelenggaraan kegiatan. Untuk memperkuat dan melengkapi data hasil wawancara, peneliti juga melakukan studi dokumentasi yang mencakup catatan kegiatan, arsip pelaksanaan, dan dokumen administrasi lain yang relevan dengan penyelenggaraan Posyandu Lansia.

Seluruh data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan analisis kualitatif yang meliputi proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Melalui tahapan ini, data yang beragam dapat disusun secara sistematis sehingga memberikan gambaran yang akurat, jelas, dan utuh mengenai pelaksanaan Posyandu Lansia menurut perspektif kader sebagai pelaksana utama program.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil wawancara di Kelurahan Mabar, Kecamatan Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara, diperoleh informasi bahwa pelaksanaan Posyandu Lansia di wilayah tersebut diselenggarakan dalam dua bentuk layanan, yaitu Posyandu Mobile dan ILP (Integrasi Layanan Primer). Pelayanan ini berada di bawah koordinasi Puskesmas Titi Papan, yang juga menugaskan tenaga kesehatan dalam setiap kegiatan.

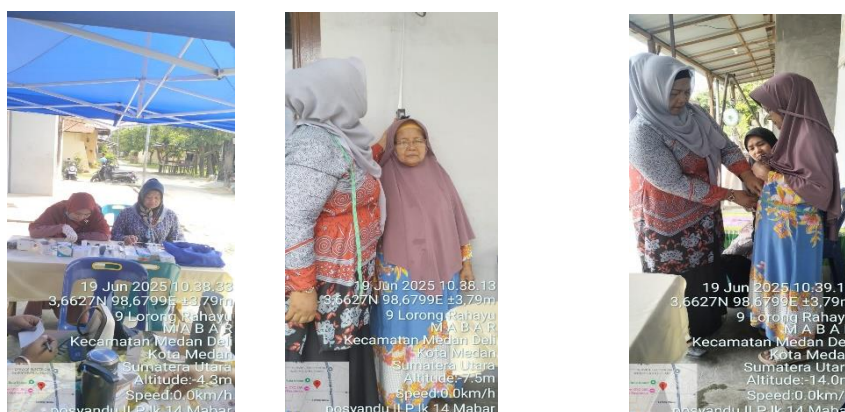


Gambar 1. Wawancara dengan Ibu Terang Ukur Pinem

Pelaksanaan ILP dipusatkan di Lingkungan 14, Lorong Rahayu, dan dilakukan secara tetap setiap bulan pada tanggal 19 ke atas . Lansia yang hadir biasanya berkisar dari 20 hingga 45 orang. ILP menjadi lokasi layanan utama yang memberikan akses rutin kepada lansia yang tinggal di sekitar wilayah tersebut. Sementara itu, Posyandu Mobile dilaksanakan sebagai bentuk inovasi untuk menjangkau lansia yang

terkendala jarak atau mobilitas. Kelurahan Mabar memiliki 19 lingkungan, dan layanan mobile dilakukan di 18 lingkungan, sedangkan satu lingkungan lainnya (Lingkungan 14) menjadi lokasi tetap ILP. Model ini memastikan bahwa seluruh lansia di wilayah Mabar dapat terlayani secara merata.

Setiap kegiatan Posyandu biasanya berlangsung melalui alur pemeriksaan yang tertata. Lansia terlebih dahulu melakukan proses pendaftaran, di mana mereka diminta membawa kelengkapan administrasi seperti Kartu Keluarga (KK) dan Kartu Tanda Penduduk (KTP). Pada tahap ini, biasanya lansia juga didampingi oleh keluarga atau kader untuk memastikan proses administrasi berjalan dengan lancar, kemudian dilanjutkan ke proses pengukuran kondisi fisik seperti tinggi badan, berat badan, serta lingkar perut untuk melihat status kesehatan dasar. Setelah itu, petugas melakukan pemeriksaan tekanan darah dan pengecekan gula darah sebagai langkah penting untuk mendeteksi risiko hipertensi maupun diabetes. Pemeriksaan kolesterol juga dilakukan untuk memantau kesehatan jantung dan pembuluh darah. Bagi lansia yang memiliki riwayat penyakit tertentu, pelayanan akan diperluas dengan pemeriksaan tambahan, misalnya untuk mengukur kadar asam urat, sehingga kondisi mereka dapat dipantau secara lebih komprehensif.



Gambar 2. Kegiatan Posyandu

Apabila ditemukan lansia yang memerlukan penanganan kesehatan lebih lanjut, kader dan tenaga kesehatan akan memberikan arahan dan rujukan ke fasilitas kesehatan terdekat, baik ke Puskesmas, fasilitas kesehatan tingkat pertama, maupun rumah sakit sesuai kebutuhan. Apabila terdapat lansia yang tidak dapat hadir ke Posyandu karena kondisi kesehatan yang lemah atau usia yang sudah sangat lanjut sehingga tidak mampu beraktivitas secara optimal, pihak Posyandu akan memfasilitasi kunjungan rumah. Kunjungan ini dilakukan untuk tetap memberikan layanan kesehatan sekaligus melengkapi pendataan lansia secara menyeluruh.

Dalam setiap kegiatan, dokter dari Puskesmas Titi Papan yang bertugas adalah dr. Yeni. Beliau bertanggung jawab melakukan pemeriksaan lanjutan serta memberikan edukasi kesehatan bagi lansia. Kegiatan Posyandu juga didukung oleh para kader Posyandu Kelurahan Mabar, yaitu Ibu Nurhayati, Ibu Rinati, Ibu Sri Buanawati, Ibu Afni, dan Ibu Terang Ukur Pinem. Para kader berperan penting dalam

administrasi, pendampingan pemeriksaan, serta memastikan kelancaran proses pelayanan.

Dari hasil wawancara, dapat di temukan bahwa rendahnya kehadiran lansia sering disebabkan oleh kurangnya kesadaran mereka sendiri tentang pentingnya pemeriksaan rutin. Selain itu, minimnya dukungan dan pendampingan dari keluarga semakin membuat lansia sulit untuk datang ke Posyandu. Ditemukan pula bahwa Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar sebelumnya memiliki program senam lansia, namun program tersebut dihentikan karena lokasi yang tidak memadai. Selain itu beberapa faktor kegiatan Posyandu juga sering menghadapi kendala ketidaklengkapan obat, terutama obat kolesterol atau obat-obatan lain yang cepat habis dan bantuan penunjang seperti vitamin B6 dan susu sering kali hanya tersedia dalam jumlah terbatas dari pemerintah, sehingga tidak dapat dibagikan secara merata. Padahal, seluruh lansia sama-sama membutuhkan dukungan gizi tersebut.

Temuan menarik lainnya adalah keluhan yang sering disampaikan oleh para lansia. Banyak lansia belum memahami bahwa Posyandu merupakan bantuan dalam bentuk pelayanan kesehatan, sehingga mereka menganggap bahwa bentuk bantuan yang ideal adalah uang atau sembako. Hal ini terjadi karena sebagian besar lansia sudah tidak mampu bekerja dan bergantung pada keluarga, sehingga mereka berharap mendapatkan bantuan sosial (Bansos) untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Dari sisi karakteristik peserta, sebagian besar lansia yang datang ke Posyandu berjenis kelamin perempuan, sementara lansia laki-laki cenderung lebih sedikit hadir karena berbagai faktor, termasuk kondisi kesehatan dan preferensi pribadi.

## **Pembahasan**

Posyandu Lansia adalah wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang ditujukan khusus untuk lansia. Posyandu ini bertujuan meningkatkan kualitas hidup lansia melalui pemeriksaan kesehatan rutin, pemantauan penyakit kronis, pelayanan gizi, edukasi kesehatan, serta kegiatan sosial yang mendukung kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial. Menurut Kementerian Kesehatan RI, Posyandu adalah fasilitas pemberdayaan masyarakat yang menyelenggarakan pelayanan promotif dan preventif, didukung oleh tenaga kesehatan dan kader terlatih. (siregar, 2024: 239)

Secara khusus, Posyandu Lansia hadir untuk memastikan lansia mendapatkan pemantauan kesehatan secara berkala, sehingga mereka dapat menjalani masa tua dengan lebih sehat, mandiri, dan bermartabat. Program ini juga menjadi sarana implementasi hak lansia atas pelayanan kesehatan dasar sesuai kebijakan pemerintah.

Pelaksanaan Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar merupakan bagian dari pelayanan kesehatan dasar yang ditujukan kepada masyarakat lanjut usia. Posyandu ini menyediakan pemeriksaan rutin yang meliputi pendaftaran, pengukuran tinggi dan berat badan, lingkaran perut, pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolesterol, hingga pemeriksaan tambahan bagi lansia dengan riwayat penyakit tertentu. Dengan adanya layanan ILP (Integrasi Layanan Primer) sebagai lokasi tetap dan Posyandu

Mobile yang menjangkau 18 lingkungan lainnya, pelayanan ini dirancang agar dapat diakses seluruh lansia secara merata, tanpa terkendala jarak maupun mobilitas.

Lanjut usia merupakan tahap perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan penurunan kondisi biologis, perubahan psikologis, serta tantangan sosial yang semakin kompleks. Penurunan fungsi tubuh pada lansia meningkatkan risiko munculnya penyakit degeneratif seperti asam urat dan gangguan mobilitas. (Nugroho, 2018: 87)

Kegiatan Posyandu Lansia menjadi sangat relevan jika dilihat dari konteks fisiologis penuaan. Seiring bertambahnya usia, hampir seluruh organ tubuh mengalami perubahan, termasuk berkurangnya elastisitas otot, penurunan massa tulang, serta melemahnya sistem imun (Hurlock, 1996:375). Santrock (2002:536) menambahkan bahwa kemampuan otot dan koordinasi motorik menurun akibat proses degeneratif pada sistem saraf dan otot. Aktivitas motorik kasar seperti berjalan, duduk, atau berdiri memerlukan energi lebih besar dibanding usia sebelumnya. Penurunan ini masih wajar selama lansia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Selain itu, penyelenggaraan Posyandu juga dapat dianalisis melalui teori kebutuhan Abraham Maslow, yang menyatakan bahwa kesejahteraan seseorang bergantung pada terpenuhinya kebutuhan dasar. Bagi lansia, kebutuhan ini mencakup kesehatan fisik, rasa aman, dukungan sosial, serta harga diri dan aktualisasi diri (Karohmah & Ilyas, 2017:32). Pemeriksaan kesehatan rutin, pendampingan oleh kader, edukasi, serta kunjungan rumah bagi lansia yang tidak mampu hadir merupakan bagian dari pemenuhan kebutuhan tersebut.

Dengan adanya dukungan sosial dari kader dan tenaga kesehatan, lansia dapat merasa aman, dihargai, dan tetap terlibat dalam lingkungan sosial, meskipun mengalami penurunan fisik atau keterbatasan mobilitas. Dalam konteks ini, Posyandu Lansia berperan penting dalam mendukung adaptasi fisik dan psikososial lansia, serta membantu mereka mencegah komplikasi akibat degenerasi organ dan sistem tubuh.

Dari sisi kebijakan, pelaksanaan Posyandu Lansia di Jabar sejalan dengan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 138, yang menegaskan bahwa pemeliharaan kesehatan lansia harus diarahkan agar mereka tetap sehat, produktif secara sosial maupun ekonomi, serta dihormati martabatnya. Pemerintah diwajibkan menyediakan fasilitas kesehatan yang dapat diakses oleh lansia, salah satunya melalui Posyandu Lansia atau POKSILA (Latumahina, 2022:40). Dengan demikian, Posyandu bukan hanya sekadar pemeriksaan fisik, tetapi juga bagian dari implementasi hak lansia atas perlindungan dan pelayanan kesehatan dasar.

Dalam konteks Kelurahan Jabar, konsep ini diwujudkan tidak hanya melalui ILP sebagai lokasi tetap, tetapi juga dengan Posyandu Mobile. Layanan Mobile ini dirancang khusus untuk menjangkau lansia yang memiliki keterbatasan mobilitas atau tidak mampu datang ke Posyandu tetap. Posyandu Mobile berkeliling ke setiap lingkungan, sehingga seluruh lansia, termasuk mereka yang tinggal jauh dari pusat layanan, tetap mendapatkan pemeriksaan kesehatan rutin. Pendekatan ini

menunjukkan bahwa pemerintah setempat menerapkan strategi adaptif untuk memenuhi kebutuhan lansia secara merata, memastikan mereka tetap terlayani, dan mencegah terjadinya kesenjangan akses layanan kesehatan. Dengan demikian, Posyandu Mobile menjadi solusi praktis sekaligus inovatif dalam mewujudkan hak lansia untuk mendapatkan pelayanan kesehatan yang layak, sesuai amanat undang-undang.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa tingkat kesadaran lansia terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin masih rendah. Banyak lansia menganggap bantuan yang ideal berupa uang atau sembako, bukan layanan kesehatan. Fenomena ini muncul karena sebagian besar lansia sudah tidak produktif dan bergantung pada keluarga, sehingga kebutuhan ekonomi lebih mendesak dibanding pemahaman mengenai manfaat pemeriksaan kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebutuhan fisiologis dan rasa aman menurut Maslow belum sepenuhnya terpenuhi bagi sebagian lansia. Dukungan keluarga juga terbukti berperan penting, karena lansia yang tidak memiliki pendamping cenderung absen meskipun layanan sudah tersedia.

Selain faktor kesadaran dan dukungan sosial, keterbatasan fasilitas dan sarana kesehatan menjadi kendala lain. Beberapa obat penting, seperti obat kolesterol, vitamin, dan susu, sering tidak tersedia atau terbatas jumlahnya. Program senam lansia yang sebelumnya diselenggarakan juga dihentikan karena keterbatasan lokasi. Padahal, aktivitas fisik sangat penting untuk menjaga kebugaran otot dan fungsi motorik lansia (WHO, 2020). Keterbatasan ini menghambat pemenuhan kebutuhan kesehatan lansia secara optimal dan menjadi salah satu kelemahan Posyandu Lansia di Marabar.

Dari segi partisipasi, kegiatan Posyandu lebih banyak diikuti oleh lansia perempuan. Lansia laki-laki cenderung lebih sedikit hadir karena faktor kebiasaan, kondisi fisik, dan minat terhadap kegiatan kesehatan. Perbedaan ini berdampak pada tingkat pemenuhan kebutuhan kesehatan bagi kelompok lansia laki-laki yang lebih rendah.

Secara keseluruhan, penyelenggaraan Posyandu Lansia di Kelurahan Marabar telah berjalan dengan baik dan sesuai pedoman pelayanan kesehatan lansia serta kerangka hukum yang berlaku. Layanan yang terstruktur melalui ILP dan Posyandu Mobile memungkinkan pemerataan akses, sementara dukungan kader dan tenaga kesehatan profesional memberikan kualitas pelayanan yang baik. Namun, keberhasilan program masih dipengaruhi oleh kesadaran lansia, dukungan keluarga, ketersediaan fasilitas, dan partisipasi kelompok tertentu. Perhatian terhadap faktor-faktor ini sangat penting agar pelayanan kesehatan lansia lebih optimal dan dapat mendukung lansia menjalani masa tua dengan sehat, mandiri, dan bermartabat.

## KESIMPULAN

Pelaksanaan Posyandu Lansia di Kelurahan Marabar telah berjalan dengan baik dan merupakan bagian dari implementasi hak lansia atas pelayanan kesehatan dasar

sesuai Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 138. Melalui ILP sebagai lokasi tetap dan Posyandu Mobile yang menjangkau seluruh lingkungan, pemerintah setempat telah menyediakan layanan kesehatan yang merata dan mudah diakses oleh lansia, termasuk mereka yang memiliki keterbatasan mobilitas.

Pelayanan Posyandu ini relevan secara fisiologis, mengingat proses penuaan menyebabkan penurunan elastisitas otot, massa tulang, koordinasi motorik, serta melemahnya sistem imun. Dengan pemeriksaan rutin, pendampingan kader, edukasi, dan kunjungan rumah, Posyandu membantu lansia beradaptasi terhadap perubahan fisik dan mencegah komplikasi kesehatan akibat degenerasi organ dan sistem tubuh. Pendekatan ini juga sejalan dengan teori kebutuhan Abraham Maslow, di mana Posyandu berperan dalam memenuhi kebutuhan fisiologis, rasa aman, dukungan sosial, dan penghargaan diri bagi lansia.

Meski demikian, beberapa kendala masih muncul, antara lain rendahnya kesadaran lansia mengenai pentingnya pemeriksaan rutin, keterbatasan dukungan keluarga, ketersediaan obat dan sarana kesehatan yang terbatas, serta penghentian beberapa kegiatan promotif seperti senam lansia. Faktor sosial juga memengaruhi partisipasi, di mana lansia perempuan lebih aktif hadir dibanding lansia laki-laki, serta beberapa lansia memilih beraktivitas di rumah sebagai bentuk adaptasi emosional terhadap kondisi fisik dan psikologis mereka.

Secara keseluruhan, Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar telah memberikan kontribusi penting dalam menjaga kesehatan, adaptasi sosial, dan kualitas hidup lansia. Keberhasilan program ini tetap bergantung pada peningkatan kesadaran lansia, dukungan keluarga, pemenuhan sarana kesehatan, dan pendekatan personal dari kader serta tenaga kesehatan. Upaya berkelanjutan dalam mengatasi kendala tersebut akan memastikan lansia dapat menjalani masa tua dengan sehat, mandiri, dan bermartabat.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pelaksanaan Posyandu Lansia di Kelurahan Mabar, beberapa saran dapat diberikan untuk meningkatkan kualitas pelayanan serta meningkatkan kesejahteraan lansia sebagai berikut:

1. Peningkatan Fasilitas dan Sarana Pelayanan

Posyandu Lansia perlu menambah dan melengkapi fasilitas yang digunakan dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan. Peralatan seperti alat ukur gula darah, tensimeter, timbangan, maupun alat pemeriksaan kolesterol harus tersedia dalam jumlah memadai dan berfungsi dengan baik agar proses pemeriksaan dapat berjalan lebih efektif dan akurat.

2. Ketersediaan Obat dan Bantuan Penunjang

Stok obat-obatan yang sering tidak lengkap, terutama obat kolesterol, obat asam urat, vitamin B6, serta susu lansia, perlu mendapatkan perhatian dari pihak Puskesmas maupun pemerintah kelurahan. Dukungan logistik yang

lebih merata dan konsisten akan membantu lansia mendapatkan kebutuhan kesehatan dasar secara optimal.

### 3. Penguatan Program Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan kesehatan perlu ditingkatkan baik dari segi materi maupun penyampaian. Penyuluhan yang lebih terstruktur dan rutin dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan, gaya hidup sehat, serta cara mengelola penyakit kronis. Hal ini diharapkan dapat mengubah persepsi lansia yang masih menganggap Posyandu sebagai tempat bantuan materi, bukan sebagai layanan kesehatan.

### 4. Edukasi dan Pemberdayaan Keluarga

Keluarga merupakan pendukung utama dalam keberhasilan layanan Posyandu. Karena itu, keluarga perlu diberikan pemahaman mengenai pentingnya mendampingi lansia saat kegiatan Posyandu, terutama bagi lansia yang memiliki keterbatasan mobilitas. Edukasi keluarga juga penting untuk meningkatkan perhatian dan kepedulian terhadap kondisi kesehatan lansia.

### 5. Peningkatan Dukungan bagi Kader Posyandu

Kader memegang peran penting dalam pelaksanaan Posyandu Lansia. Oleh karena itu, penambahan dukungan seperti insentif atau uang transport dapat membantu meningkatkan motivasi kader dalam melaksanakan tugas di lapangan. Dengan dukungan yang lebih memadai, kader dapat bekerja lebih optimal dalam pendataan, pendampingan lansia, dan koordinasi kegiatan.

### 6. Penyediaan Layanan Tambahan untuk Kebutuhan Ekonomi Lansia

Banyak lansia menyampaikan harapan untuk mendapatkan bantuan sosial karena mereka sudah tidak memiliki penghasilan. Oleh sebab itu, pihak kelurahan dapat mempertimbangkan program tambahan yang berkaitan dengan kebutuhan ekonomi lansia, seperti penyaluran Bansos khusus lansia, pemberian paket susu dan vitamin secara rutin, serta program bantuan lain yang sesuai dengan kondisi mereka. Layanan tambahan ini dapat membantu memenuhi kebutuhan dasar lansia agar mereka merasa lebih diperhatikan dan sejahtera.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Karohmah, A. N., & Ilyas. (2017). Peran Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Sejahtera Kelurahan Pasirmuncang. *Jurnal Untirta*
- Latumahina, F., Istia, Y. J., & dkk. (2022). Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesejahteraan Para Lansia di Desa Ihamahu, Kec. Saparua Timur, Kab. Maluku Tengah. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat*.
- Nugroho, A. (2018). *Penyakit Degeneratif pada Lansia dan Pencegahannya*.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia.

- Santrock, J. W. (2002). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Siregar, N. A. dkk. (2024). Peran Posyandu Lansia Dalam Mensejahterakan Lansia di Desa Gunung Bandung Kecamatan Lima Puluh Kabupaten Batu Bara. *JISPENDOROA: Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*, 3(2), 227–232. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta.
- World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.