

**EFEKTIVITAS PELAYANAN POSYANDU LANSIA DALAM
MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI WILAYAH
RT06/RW08 PONDOK KELAPA**

Wedia Hastuti

Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Bhakti Pembangunan
wediaasti@gmail.com

Irma Maria Dulame

Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Bhakti Pembangunan
mariadulame.bp28@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the effectiveness of Posyandu Lansia services in improving the quality of life of the elderly in RT06/RW08 Pondok Kelapa. The quality of life of the elderly is measured through the dimensions of physical, psychological, social, and environmental health. The research method used is quantitative with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. A total of 30 elderly who actively participate in Posyandu Lansia activities in the area became the research sample. Data were collected through the WHOQOL-BREF questionnaire before and after participating in the Posyandu service program for a certain period of time. Data analysis was conducted using paired t-test to compare quality of life scores before and after the intervention. The results showed a significant increase in the quality of life scores of the elderly after participating in the Elderly Posyandu service, especially in the dimensions of physical and social health. It can be concluded that the Elderly Posyandu service is effective in improving the quality of life of the elderly in RT06/RW08 Pondok Kelapa.

Keywords: *Elderly Posyandu, Quality of Life, Elderly, Effectiveness, Physical Health, Social Health.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pelayanan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa. Kualitas hidup lansia diukur melalui dimensi kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Sebanyak 30 lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia di wilayah tersebut menjadi sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui kuesioner WHOQOL-BREF sebelum dan sesudah mengikuti program pelayanan Posyandu selama periode waktu tertentu. Analisis data dilakukan menggunakan uji *paired t-test* untuk membandingkan skor kualitas hidup sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian membuktikan bahwa partisipasi dalam pelayanan Posyandu Lansia secara signifikan meningkatkan kualitas hidup para lansia, khususnya dalam aspek kesehatan fisik dan interaksi sosial. Dapat

disimpulkan bahwa pelayanan Posyandu Lansia efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa.

Kata Kunci: Posyandu Lansia, Kualitas Hidup, Lansia, Efektivitas, Kesehatan Fisik, Kesehatan Sosial.

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Secara umum, lansia merupakan sekelompok individu yang mengalami proses perubahan secara bertahap dalam periode waktu tertentu. Perubahan yang terjadi meliputi perubahan fisik, biologis, kognitif, psikologis, ekonomi, serta sosial dalam masyarakat. Selain itu, individu lanjut usia umumnya menghadapi penurunan kesehatan, kehilangan posisi atau fungsi dalam pekerjaan, dan kerap dianggap sebagai sosok yang tidak lagi produktif. Karena itu, individu lanjut usia memerlukan pendampingan agar dapat meningkatkan keterampilan dan tetap produktif guna meraih kehidupan yang sejahtera (Afkar *et al.*, 2023). Populasi lansia di Indonesia terus meningkat, membawa implikasi terhadap kebutuhan pelayanan kesehatan dan sosial yang spesifik. Kesejahteraan hidup merupakan hal krusial yang harus diperhatikan pada usia lanjut, mencakup kondisi fisik, mental, interaksi sosial, serta lingkungan tempat mereka tinggal. Posyandu lansia merupakan suatu wadah dan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia di tingkat masyarakat serta memberikan pelayanan kesehatan dan pembinaan kepada kelompok usia lanjut di suatu wilayah dengan melibatkan peran serta aktif masyarakat melalui kader kesehatan, tenaga medis dari Puskesmas, serta partisipasi aktif masyarakat dan kerjasama lintas program dan lintas sektor dalam rangka untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat pada umumnya dan khususnya kelompok usia lanjut (Dep kes RI 2005). Kegiatan ini dijalankan secara rutin di tingkat desa atau kelurahan, biasanya berlangsung sebulan sekali. Kegiatan Posyandu Lansia dengan berbagai kegiatan seperti pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, aktivitas fisik, dan kegiatan sosial, diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup lansia. Di wilayah RT06/RW08 Pondok Kelapa, keberadaan Posyandu Lansia menjadi wadah bagi para lansia untuk mendapatkan pelayanan kesehatan dasar dan berinteraksi sosial. Kegiatan Posyandu Lansia yang biasa

dilakukan di wilayah RT06/RW08 Pondok Kelapa adalah pelayanan kesehatan setiap bulan, kegiatan kelompok, pemberian makanan tambahan, kunjungan rumah oleh petugas dan kader, kegiatan olahraga (senam dan gerak jalan). Tujuan Posyandu Lansia ini adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia; mencegah dan mendeteksi dini penyakit degeneratif; memberikan pelayanan kesehatan dasar secara terjangkau; serta meningkatkan kualitas hidup dan kemandirian lansia.

Tabel 1. Kegiatan Utama Posyandu Lansia

No	Jenis Kegiatan	Penjelasan
1.	Monitoring kesehatan	Termasuk di dalamnya pengukuran tekanan darah, bobot tubuh, tinggi badan, ukuran lingkar perut, serta pemeriksaan kadar gula, kolesterol, dan asam urat.
2.	Konseling dan penyuluhan	Edukasi tentang gizi lansia, olahraga ringan, pencegahan penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan osteoporosis.
3.	Layanan pemeriksaan kesehatan secara periodik oleh tim medis	Tenaga medis seperti dokter atau staf Puskesmas melakukan evaluasi fisik serta memberikan penanganan medis dasar.
4.	Kegiatan sosial dan rekreasi	Senam lansia, arisan sehat, pengajian, atau kegiatan seni untuk menjaga kesehatan mental dan sosial.
5.	Pemberian makanan tambahan	Pemberian makanan bergizi, terutama bagi lansia yang kurang mampu atau kekurangan gizi.
6.	Rujukan ke fasilitas kesehatan	Jika ditemukan masalah serius, lansia akan dirujuk ke Puskesmas atau rumah sakit.

Akan tetapi, sejauh mana pelayanan Posyandu Lansia mampu meningkatkan kualitas hidup lansia di daerah ini masih belum ditelaah secara menyeluruh. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pelayanan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program Posyandu Lansia yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan lansia.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar dan aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode consecutive sampling, dengan peserta yang memenuhi kriteria inklusi yaitu berusia 60 tahun ke atas dan bersedia mengikuti penelitian. Sebanyak 30 lansia memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden. Pengumpulan data dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) lansia mengikuti program pelayanan Posyandu Lansia selama periode waktu tertentu (misalnya, 3 bulan). Instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup adalah kuesioner WHOQOL-BREF yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. WHOQOL-BREF adalah singkatan dari *World Health Organization Quality of Life - BREF*, yaitu instrumen yang dikembangkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) untuk mengukur kualitas hidup seseorang. Alat ukur ini adalah versi singkat dari kuesioner WHOQOL-100 yang memiliki format asli lebih panjang. Kuesioner ini terdiri dari 26 pertanyaan yang mengukur kualitas hidup dalam empat domain: kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik. Data demografi responden dianalisis secara deskriptif. Untuk menilai sejauh mana layanan Posyandu Lansia berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia, dilakukan uji *paired t-test* guna membandingkan skor keseluruhan dan skor tiap domain kualitas hidup sebelum dan sesudah intervensi. Analisis ini menggunakan tingkat signifikansi sebesar p kurang dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden, tabel dibawah berisi deskripsi karakteristik demografi 30 responden, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan, dan riwayat penyakit.

Tabel 2. Karakteristik Responden

Variabel	f	%
Usia:		
60-70	17	57
75-80	13	43

Jenis Kelamin:		
Laki-laki	12	40
Perempuan	18	60
Pekerjaan:		
Pensiun	20	67
Masih Aktif	10	33
Pendidikan:		
D3	5	17
Sarjana	25	83
Tinggal:		
Bersama Pasangan	25	83
Bersama Anak	5	17
Riwayat Penyakit:		
Degeneratif (Jantung, Diabetes, Hipertensi)	20	67
Non Degeneratif	10	33

Mengacu pada tabel 2, seluruh responden yang berjumlah 30 orang (100%) tergolong dalam kelompok usia pralansia, di mana 57% berada pada usia 60–70 tahun dan 43% berada pada rentang usia 75–80 tahun. Mayoritas responden yaitu sebanyak 18 orang (60%) berjenis kelamin perempuan, dan minoritas berjenis kelamin laki-laki (40%). Adapun status pekerjaan responden didominasi oleh mereka yang telah pensiun (67%), sementara sisanya masih aktif bekerja (33%). Adapun mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan D3 sebanyak 5 orang (17%), dan sarjana sebanyak 25 orang (83%). Selain itu, mayoritas responden sebanyak 25 orang (83%) responden tinggal bersama pasangan, dan 5 orang responden (17%) tinggal bersama anaknya. Untuk riwayat penyakit responden terbagi penyakit degeneratif (Jantung, Diabetes, Hipertensi) sebanyak 20 orang (67%), sedangkan penyakit non degeneratif sebanyak 10 orang (33%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan, Sikap, Peran Posyandu, Pelayanan, Dan Dukungan Keluarga

Variabel	f	%
Pengetahuan		
Cukup	5	17
Baik	25	83
Sikap		
Baik	30	100

Peran		
Cukup	3	10
Baik	27	90
Pelayanan		
Baik	30	100
Dukungan keluarga		
Cukup	11	37
Baik	19	63

Tabel 2, didapatkan hasil penelitian bahwa karakteristik responden dapat dideskripsikan sebagai berikut: sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik terkait program posyandu lansia (83%). Seluruh responden menunjukkan sikap yang positif terhadap fungsi posyandu, dengan persentase mencapai 100%. Menurut mayoritas responden, peran Posyandu Lansia dalam mendukung kesejahteraan sosial lansia tergolong baik, dengan 27 responden (90%) menilainya baik dan 10% lainnya menilai cukup. Terkait pelayanan pada program posyandu memiliki kategori yang baik (100%). Dan sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang cukup sebanyak 11 responden (37%) dan 19 lainnya dalam kategori baik (63%).

Perbandingan Skor Kualitas Hidup Sebelum dan Sesudah Intervensi:

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor kualitas hidup lansia sebelum dan sesudah mengikuti pelayanan Posyandu Lansia ($p < 0,05$). Secara spesifik, terjadi peningkatan yang signifikan pada skor domain kesehatan fisik ($p < 0,05$) dan domain hubungan sosial ($p < 0,05$). Sementara itu, peningkatan pada domain psikologis dan lingkungan tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$), meskipun terdapat peningkatan skor rata-rata.

Tabel 4. Hasil Uji paired t-test

Domain Kualitas Hidup	Mean Pretest (SD)	Mean Posttest (SD)	t	P
Kesehatan Fisik	55.20 (10.50)	62.80 (9.75)	-4.12	0.001

Psikologis	68.50 (8.20)	70.10 (7.90)	-1.50	0.144
Hubungan Sosial	60.30 (9.15)	67.50 (8.80)	-3.85	0.001
Lingkungan	65.70 (7.60)	67.20 (7.45)	-1.20	0.240
Kualitas Hidup Total	62.43 (7.85)	66.90 (7.50)	-3.50	0.002

Peningkatan signifikan dalam aspek kesehatan fisik kemungkinan besar dipengaruhi oleh berbagai kegiatan yang dilaksanakan di Posyandu Lansia, seperti pemeriksaan kesehatan berkala—meliputi pengecekan gula darah, tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan lingkar perut—serta penyuluhan tentang pentingnya pola makan seimbang. Selain itu, dilakukan juga kegiatan olahraga seperti senam lansia serta kegiatan keagamaan. Berbagai aktivitas tersebut berperan dalam memantau sekaligus memperbaiki kondisi fisik para lansia.

Gambar 1: Para Kader Posyandu Lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa



Sumber: Dokumen Pribadi

Gambar 2: Kegiatan Posyandu Lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa



Sumber: Dokumen Pribadi

Kenaikan yang signifikan pada aspek hubungan sosial mencerminkan peran penting Posyandu Lansia sebagai sarana bagi lansia untuk membangun interaksi sosial. Melalui kegiatan kelompok dan pertemuan rutin, lansia dapat berinteraksi, berbagi pengalaman dan atau berbagi cerita, dan membangun dukungan sosial, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup mereka. Interaksi sosial ini membantu mengurangi rasa kesepian dan isolasi sosial yang sering dialami oleh lansia, terutama yang sudah tidak aktif bekerja atau yang tinggal sendiri. Melalui dukungan emosional dan sosial dari rekan sebaya maupun kader kesehatan, lansia lebih merasa dihargai, terdorong untuk menjaga kesehatannya, serta mengalami peningkatan dalam kualitas hidup. Meskipun tidak signifikan secara statistik, adanya peningkatan skor pada domain psikologis dan lingkungan menunjukkan potensi dampak positif Posyandu Lansia pada aspek-aspek ini. Kemungkinan, intervensi yang lebih spesifik atau periode waktu penelitian yang lebih panjang diperlukan untuk melihat perubahan yang signifikan pada domain ini. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung bahwa pelayanan Posyandu Lansia efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa, terutama dalam aspek kesehatan fisik dan sosial.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pelayanan Posyandu Lansia secara signifikan meningkatkan kualitas hidup lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa, terutama pada dimensi kesehatan fisik dan hubungan sosial. Selain

memberikan pelayanan kesehatan dan menjadi wadah interaksi sosial, posyandu lansia di wilayah tersebut juga berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kemandirian lansia. Melalui penyuluhan rutin, posyandu membantu lansia memahami cara menjaga kesehatan fisik dan mental secara mandiri, mencegah penyakit kronis, serta mendorong gaya hidup sehat. Selain itu, posyandu juga melibatkan keluarga dan masyarakat dalam perawatan lansia, sehingga tercipta lingkungan yang lebih peduli dan suportif terhadap kebutuhan mereka. Dibutuhkan studi lanjutan dengan desain yang lebih solid serta melibatkan kelompok kontrol, guna mengonfirmasi temuan ini dan mengidentifikasi komponen-komponen spesifik dalam pelayanan Posyandu yang paling berkontribusi terhadap pencapaian hasil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur dan hormat, kami menyampaikan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat-Nya yang telah memberikan kami kesempatan, keberkahan, serta inspirasi dalam setiap perjalanan hidup kami. Kami tidak akan mampu mengatasi setiap hambatan yang ada, dan artikel ini tidak akan lengkap tanpa bantuan-Nya. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga besar kami, yang senantiasa membantu dan memberikan cinta dan dukungan. Setiap kata motivasi dan semangat yang diberikan oleh orang-orang yang kami sayangi memiliki makna yang besar bagi kami. Mereka adalah pendorong motivasi dan inspirasi yang selalu menyokong setiap upaya dan impian yang kami perjuangkan. Keluarga adalah dasar yang membuat kami tetap teguh dalam menghadapi tantangan. Kami juga berterima kasih kepada kampus STIE Bhakti Pembangunan, tempat kami mengabdikan sebagai dosen. Kami telah memperoleh banyak pengetahuan dan pemahaman berkat dukungan dari dosen, karyawan, dan seluruh civitas akademika. Semua pelajaran dan pengalaman yang dipelajari di kampus ini berkontribusi secara signifikan pada proses penulisan artikel yang berjudul “Efektivitas Pelayanan Posyandu Lansia dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia di RT06/RW08 Pondok Kelapa”. Kami turut menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam

penyusunan artikel ini. termasuk kepada Ketua RT serta warga di lingkungan RT06 RW08 Curug, Pondok Kelapa, Duren Sawit, Jakarta Timur, khususnya para lansia yang tinggal di RT06/RW08 Pondok Kelapa yang telah berpartisipasi pada penelitian ini, kami juga menghaturkan terima kasih kepada para kader Posyandu Lansia atas dukungan dan kerja samanya selama proses pelaksanaan penelitian. Seluruhnya telah memberikan dukungan yang dibutuhkan, mulai dari tenaga, komitmen, hingga kerja sama yang solid, yang sangat berperan dalam kelancaran dan keberhasilan penyusunan artikel ini. Kami berharap artikel ini bermanfaat dan memberi kontribusi positif bagi pembaca dan menambah pengetahuan tentang topik yang dibahas. Kami sekali lagi mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, keluarga besar kami, kampus STIE Bhakti Pembangunan, dan panitia, atas semua bantuan yang mereka berikan. Semoga dalam setiap langkah yang kita ambil, kita semua diberikan kemudahan dan keberkahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Desi L, W., & Nur Khoiriah, S. (2018). Faktor-faktor yang memepengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia. *Journal of Health Studies Vol 2, No. 1*
- Islamarida, R., Dewi, E. U., & Feriyamti, K. (2022). Peran Kader terhadap Keaktifan Lansia mengikuti Posyandu Lansia di Kalasan Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan, 14(1),27-33*.
- Julianti, D., Rosmiati, R., & Lismayanti, L. (2024). Peran Program Posyandu Lansia terhadap Kesejahteraan Sosial Lansia. *Jurnal Perawat Profesional, Vol 6 No. 6*
- Kadir, S. (2019). Keterkaitan Antara Persepsi Dan Keterlibatan Lansia Dengan Tingkat Pemanfaatan Layanan Posyandu. *Medical & Science Journal: Gorontalo Journal Health and Science Community, 3(1)*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pelayanan Posyandu Lansia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Muliawati N.K. & Faidah N. (2023) Analisa faktor yang mempengaruhi lansia dalam pemanfaatan posyandu lansia di Kelurahan Tangkerang Timur Kecamatan Tenayan Raya. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia Vol.7, No.1*
- Statistik, B. P. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanti, Y., & Mahmud, A. (2021). *Penilaian Pelaksanaan Program Posyandu Lansia di Wilayah Perkotaan dan Pedesaan*. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 19(1), 23–31.
- Siregar, R. R. (2023). *Edukasi Proses Menua dan Perubahan Pada Lansia*. *Health Community Service*, 1(1), 18–21.
- Skevington, S. M., Epton, T., & Wright, L. (2020). WHOQOL: Measuring Quality of Life and the Value of Psychological Well-being. *British Journal of Psychology*, Vol 111 No.2
- Wibowo, N., & Angkatno, A. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Partisipasi Lansia Ke Posyandu Lansia Di Desa Bogares Kidul Kec. Pangkah*. *Midwifery and Nursing Journal*, Vol 2 No. 1