

## **Peran Posyandu Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia: Studi Korelatif Di Puskesmas Mumbulsari**

**Sofiana Jamilia<sup>1</sup>, Sofia Rhosma Dewi<sup>1</sup>, Komarudin<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember 68121, Indonesia

\*Alamat Korespondensi: Jl. Karimata No. 49 Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68121

Email: [nafilablqss25@gmail.com](mailto:nafilablqss25@gmail.com)

Diterima: 19 Juli 2024 | Disetujui: 25 Oktober 2024 | Dipublikasikan: 29 Oktober 2024

### **ABSTRAK**

Keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hidup mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keaktifan lansia berkunjung ke posyandu lansia dengan kualitas hidup lansia di Puskesmas Mumbulsari. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini berjumlah 2.768 lansia di seluruh wilayah kerja Puskesmas Mumbulsari. Sampel penelitian berjumlah 100 lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji Spearman Rho. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 responden, 80% lansia termasuk dalam kategori aktif berkunjung ke posyandu, dan 60% memiliki kualitas hidup baik. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keaktifan lansia berkunjung ke posyandu dengan kualitas hidup mereka ( $p\text{-value} = 0,001$ ;  $r = 0,711$ ). Dengan demikian, semakin aktif lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu, semakin baik kualitas hidup mereka. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan edukasi kesehatan dan dukungan keluarga agar mendorong lansia lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan posyandu guna meningkatkan kualitas hidup mereka.

**Kata kunci: Lansia; Keaktifan Posyandu; Kualitas Hidup**

### **ABSTRACT**

*The activeness of elderly individuals in participating in elderly posyandu (integrated healthcare services) plays a crucial role in maintaining their quality of life. This study aims to analyze the relationship between the activeness of elderly visits to posyandu and their quality of life at Mumbulsari Public Health Center. The research design used was descriptive-correlative with a cross-sectional approach. The population of this study consisted of 2,768 elderly residing within the administrative area of Mumbulsari Public Health Center. The sample consisted of 100 elderly individuals selected through accidental sampling techniques. Data were collected using questionnaires, then analyzed using the Spearman Rho test. The results showed that out of 100 respondents, 80% were categorized as active in attending posyandu, and 60% had a good quality of life. Statistical analysis revealed a significant relationship between the activeness of elderly posyandu visits and their quality of life ( $p\text{-value} = 0.001$ ;  $r = 0.711$ ). Thus, the more active the elderly are in participating in posyandu activities, the better their quality of life. This study recommends enhancing health education and family support to encourage elderly individuals to be more actively involved in posyandu activities to improve their quality of life.*

**Keywords: Elderly, Posyandu Activeness, Quality of Life**

## **PENDAHULUAN**

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok populasi yang mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial akibat proses penuaan (Malairu & Pitoyo, 2020). Seiring bertambahnya usia, lansia menghadapi risiko penurunan kesehatan, baik dari segi fisik maupun mental, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka (Putu Sumartini et al., 2021). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022, jumlah penduduk lansia di Indonesia mencapai 10,48% dari total populasi, dengan tren peningkatan setiap tahunnya (BPS, 2022). Hal ini menuntut perhatian lebih dalam aspek pelayanan kesehatan lansia guna memastikan kesejahteraan mereka di usia lanjut (Malairu & Pitoyo, 2020).

Posyandu lansia merupakan salah satu upaya pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan lansia secara preventif dan promotive (Putu Sumartini et al., 2021). Keaktifan lansia dalam menghadiri posyandu lansia menjadi faktor penting dalam menjaga kondisi kesehatan mereka. Berbagai layanan yang diberikan di posyandu lansia, seperti pemeriksaan kesehatan rutin, senam lansia, edukasi kesehatan, serta pemberian suplemen gizi, memiliki dampak positif terhadap kualitas hidup lansia (Nadirah et al., 2020). Namun, dalam praktiknya, tidak semua lansia aktif berkunjung ke posyandu. Beberapa faktor yang mempengaruhi partisipasi lansia antara lain kondisi kesehatan, dukungan keluarga, aksesibilitas, dan pemahaman mengenai manfaat posyandu (Frilasari et al., 2022).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia yang aktif berkunjung ke posyandu cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang jarang atau tidak pernah menghadiri kegiatan posyandu (Sugianti et al., 2021). Hal ini dikarenakan lansia yang aktif lebih mendapatkan pemantauan kesehatan secara berkala dan akses terhadap informasi kesehatan yang lebih baik (Muliawati & Puspawati, 2023). Sebaliknya, lansia yang kurang aktif memiliki risiko lebih tinggi mengalami penurunan kondisi kesehatan akibat kurangnya deteksi dini terhadap penyakit yang mereka alami.

Berdasarkan hasil observasi awal di Puskesmas Mumbulsari, ditemukan bahwa masih terdapat lansia yang tidak aktif dalam berkunjung ke posyandu. Beberapa alasan yang dikemukakan oleh lansia meliputi anggapan bahwa mereka sudah sehat sehingga tidak perlu pemeriksaan rutin, kendala jarak dan transportasi, serta kurangnya motivasi. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk memahami lebih dalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan lansia dalam menghadiri posyandu serta dampaknya terhadap kualitas hidup mereka (Windiah & Erika, 2022).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keaktifan lansia dalam berkunjung ke posyandu lansia dengan kualitas hidup mereka di Puskesmas Mumbulsari. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi tenaga kesehatan dan pemangku kebijakan dalam mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan partisipasi lansia di posyandu guna mendukung kesejahteraan mereka di usia lanjut.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara keaktifan lansia dalam berkunjung ke posyandu dengan kualitas hidup mereka di Puskesmas Mumbulsari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas

Mumbulsari dengan jumlah 2.768 lansia. Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga diperoleh 100 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner keaktifan lansia yang mencatat frekuensi kunjungan dalam enam bulan terakhir dan kuesioner OPQOL-35 (Older People's Quality of Life) untuk menilai kualitas hidup lansia. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rho untuk melihat hubungan antara variabel independen dan dependen, dengan tingkat signifikansi  $p < 0,05$ . Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dengan No. 024/KEPK/FIKES/XII/2024. Responden diberikan informasi mengenai tujuan penelitian serta hak mereka untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi negatif.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 100 lansia yang terdaftar di Puskesmas Mumbulsari untuk menganalisis hubungan antara keaktifan lansia dalam berkunjung ke posyandu dengan kualitas hidup mereka. Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
60-69	77	77
70-79	20	20
≥80	3	3
<b>Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	63	63%
SD/MI	33	33%
SMP/MTS	2	2%
S1/D4	2	2%
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja	73	73%
Petani	23	23%
PNS (Pensiunan)	2	2%
Lainnya	2	2%

Keaktifan lansia dalam menghadiri posyandu dikategorikan menjadi aktif dan tidak aktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80% lansia tergolong aktif dalam berkunjung ke posyandu, sementara 20% lainnya tidak aktif.

Tabel 2. Keaktifan Lansia Berkunjung ke Posyandu

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Aktif	80	80%
Tidak Aktif	20	20%
Jumlah	100	100%

Kualitas hidup lansia diukur menggunakan kuesioner OPQOL-35 yang mencakup aspek kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan kemandirian. Hasil analisis menunjukkan bahwa 60% lansia memiliki kualitas hidup baik, 30% berada dalam kategori sedang, dan 10% memiliki kualitas hidup yang buruk.

Tabel 3. Kualitas Hidup Lansia

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	60	60%
Sedang	30	30%
Buruk	10	10%
Jumlah	100	100%

Analisis statistik menggunakan uji Spearman Rho menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keaktifan lansia dalam menghadiri posyandu dengan kualitas hidup mereka ( $p\text{-value} = 0,001$ ;  $r = 0,711$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin aktif lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu, semakin baik kualitas hidup mereka. Dengan demikian, diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan kesadaran lansia akan manfaat posyandu serta dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan guna mengoptimalkan partisipasi mereka.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia yang aktif berkunjung ke posyandu memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang tidak aktif. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa keterlibatan lansia dalam kegiatan posyandu dapat meningkatkan kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial mereka (Rambu Malairu & Pitoyo, 2020). Lansia yang aktif dalam posyandu mendapatkan manfaat berupa deteksi dini penyakit, edukasi kesehatan, serta dukungan sosial yang membantu mereka menjalani kehidupan dengan lebih baik. Berdasarkan analisis statistik, terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan lansia dalam menghadiri posyandu dengan kualitas hidup mereka ( $p\text{-value} = 0,001$ ;  $r = 0,711$ ). Nilai korelasi yang tinggi menunjukkan bahwa semakin aktif lansia dalam kegiatan posyandu, semakin baik kualitas hidup mereka. Hal ini dapat dijelaskan oleh peran posyandu dalam menyediakan layanan kesehatan preventif dan promotif yang membantu lansia menjaga kondisi fisik dan mental mereka (Muliawati & Puspawati, 2023).

Faktor yang berkontribusi terhadap keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu antara lain kesadaran akan manfaat posyandu, dukungan keluarga, serta aksesibilitas fasilitas kesehatan. Beberapa lansia yang tidak aktif berkunjung ke posyandu mengungkapkan alasan seperti merasa sudah sehat, jarak yang jauh, serta kurangnya motivasi. Oleh karena itu, diperlukan upaya lebih lanjut dalam meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya posyandu, baik melalui edukasi kesehatan maupun pendekatan berbasis komunitas (Frilasari et al., 2022).

Hasil penelitian ini juga mengindikasikan bahwa lansia yang memiliki dukungan keluarga yang baik cenderung lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu. Keluarga berperan penting dalam mendorong lansia untuk tetap menjaga kesehatan mereka dengan cara mengingatkan, mengantar, atau bahkan menemani lansia saat menghadiri

posyandu. Oleh karena itu, intervensi yang melibatkan keluarga dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan partisipasi lansia dalam program posyandu (Windiah & Erika, 2022).

Temuan ini memiliki implikasi bagi tenaga kesehatan dan pembuat kebijakan dalam mengoptimalkan program posyandu lansia. Strategi yang dapat diterapkan meliputi peningkatan aksesibilitas layanan, penguatan peran kader kesehatan, serta pengembangan program edukasi yang lebih menarik dan interaktif bagi lansia. Dengan adanya pendekatan yang lebih komprehensif, diharapkan lansia semakin termotivasi untuk aktif dalam kegiatan posyandu, sehingga kualitas hidup mereka dapat terus ditingkatkan (Sugianti et al., 2021).

Meskipun penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara keaktifan lansia di posyandu dengan kualitas hidup mereka, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Salah satu keterbatasan adalah penggunaan desain *crosssectional*, yang tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Selain itu, faktor eksternal seperti kondisi lingkungan dan kebijakan kesehatan di masing-masing wilayah juga dapat mempengaruhi hasil penelitian. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal atau eksperimen direkomendasikan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak posyandu terhadap kualitas hidup lansia.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan lansia dalam berkunjung ke posyandu dengan kualitas hidup mereka. Lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Keaktifan lansia dalam posyandu memberikan manfaat berupa pemeriksaan kesehatan rutin, edukasi, serta dukungan sosial yang berdampak positif terhadap kesejahteraan mereka.

Diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan partisipasi lansia dalam posyandu melalui edukasi dan dukungan keluarga. Penelitian lebih lanjut direkomendasikan dengan desain yang lebih mendalam untuk memahami dampak jangka panjang posyandu terhadap kualitas hidup lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/Abdidas.V2i2.282>
- Allender, J. A., & Warner, K. (2019). *Community Dan Public Health Nursing Promoting The Public's Health (8th Ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Andrianti, R., Prayitno, H., & Gianawati, N. (2023). Pola Relasi Lansia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Psikologis: Studi Deskriptif Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Riska Herlin Andrianti. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(April), 271–274.
- Astriani, A., Syafar, M., & Azis, R. (2021). Hubungan Faktor Perilaku Dengan Kunjungan Lansia Di Posbindu Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 452–461. <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V10i2.630>

- Bps. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Badan Pusat Statistik. Depkes, R. (2019). *Pedoman Pemantauan Dan Penilaian Program Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*. Bina Kesehatan.
- Ekasari, M. F. Et Al. (2021). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Wineka Media.
- Eliawati, R., & Rahmadyanti, R. (2023). Pengaruh Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Dengan Kualitas Hidup Di Desa Cibadak Kecamatan Cikupa Kabupaten Tangerang. *Jurnal Mahesa: Health Journal*, 3(1), 1-10.
- Erpaadi. (2020). *Posyandu Lansia (Mewujudkan Lansia Sehat, Mandiri Dan Produktif)*. Penerbit Buku Kedokteran.
- Frilasari, H., Triwibowo, H., Ashari, F., Qomariyah, Z., Veftisia, V., & Siregar, F. A. (2022). Original Research The Relationship Between Family Support And Elderly Activeness In Joining Elderly Posyandu Activities. *S Ci En Ce (I Jnms)*, 5(1), 69–74. <https://doi.org/10.32734/jst.v5i2.9145>
- Ismawati, D. (2010). *Posyandu Desa Siaga*. Nuha Medika. Kemenkes, R. (2019a). *Analisa Lansia Di Indonesia*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Kemenkes, R. (2019b). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Kementerian Kesehatan RI.
- Langingi, A. R. C., & Watung, G. I. V. (2022). Analisis Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Di Desa X. *Formosa Journal Of Science And Technology*, 1(5), 499– 506. <https://doi.org/10.55927/fjs.t.v1i5.1173>
- Lestari, A. D. (2021). *Hubungan Partisipasi Sosial Lansia Dengan Tingkat Kepuasan Hidup Di Komunitas Posyandu Lansia*. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 12(3), 45-53.
- Misnaniarti. (2019). *Analisis Situasi Penduduk Lanjut Usia Dan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Di Indonesia*.
- Muhith, A. Et Al. (2019). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. CV Andi Offsite.
- Muliawati, N. K., & Puspawati, N. L. P. D. (2023). Activeness Of Visits To Integrated Healthcare Post And The Quality Of Life Among The Elderly In Peguyangan Kangin Village, North Denpasar, Bali. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(4), 522–528. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i4.1319>
- Nadirah, N., Indrawati, I., & Heriyati, H. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pemanfaatan Kunjungan Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 1(1), 12–18. <https://doi.org/10.36590/kepo.v1i1.78>
- Ningsih, S. P. (2022). Hubungan Keaktifan Kegiatan Sosial Dengan Keluhan Fisik Lansia Dan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kedopok Kota Probolinggo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(11), 32-40
- Notoatmojo, S. (2020). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Nursalam. (2019). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Salemba Medika.
- Puspita, Sari. (2024). *Pengaruh Keaktifan Lansia Dalam Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Di Masa Pensiun*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Lansia*, 5(1), 1525.
- Qurrotaini, L., Putri, A. A., Susanto, A., & Sholehuddin. (2021). *Edukasi Tanggap Bencana Melalui Sosialisasi Kebencanaan Sebagai Pengetahuan Anak Terhadap Mitigasi Bencana Banjir*. Nasya Expanding Management.
- Rambu Malairu, S., & Pitoyo, J. (2020). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia Yang Aktif Mengikuti Posyandu Lansia Dengan Yang Tidak Aktif Mengikuti Posyandu

- Lansia Di Kelurahan. *Professional Health Journal*, 1(2), 65–72. <https://doi.org/10.54832/phj.v1i2.106>
- Rohma, D. S. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Cv Budi Utama.
- Siregar, F. A. (2022). Enhancement Of The Participation Of Elderly People In Posyandu Health Services In Sunggal District Towards Healthy Living. *Journal Of Saintech Transfer*, 5(2), 70–76. <https://doi.org/10.32734/jst.v5i2.9145>
- Stefanus, M., & Dkk. (2022). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 21(Pissn 1410-4490 Eissn 2354-9203).
- Sugianti, R., Ngasu<sup>2</sup>, K. E., & Yatsi Tangerang, S.(2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu Lansia Dan Kualitas Hidup The Relationship Between Family Support And Elderly Activities Following Elderly Posyandu And Quality Of Life. *Nusantara Hasana Journal*, 1(3).
- Sunaryo, Et Al. (2019). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. CV Andi Offsite.
- Windiah Nur Kusumaningtyas, & Erika Dewi Noorratri. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Senam Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Sawit Kabupaten Boyolali. *Sehatmas: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 605–612. <https://doi.org/10.55123/Sehatmas.v1i4.950>