

PELAYANAN POSYANDU LANSIA DI GEREJA TORAJA JEMAAT RANTEPAO KABUPATEN TORAJA UTARA

Dynastin Since Pakita^{1*}
Institut Toraja Raya Indonesia¹
pdynastin@gmail.com¹

Abstrak (Indonesia)

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lanjut usia (lansia) melalui pelayanan Posyandu Lansia di Gereja Toraja Jemaat Rantepao Kabupaten Toraja Utara. Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai masalah kesehatan akibat proses penuaan, sehingga memerlukan pelayanan kesehatan yang berkesinambungan. Rendahnya kesadaran sebagian lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi salah satu permasalahan yang ditemukan di lingkungan jemaat.

Metode kegiatan yang dilakukan meliputi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan tekanan darah, pengukuran berat badan dan tinggi badan, pemeriksaan gula darah, konsultasi kesehatan, serta senam lansia. Kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan dosen, mahasiswa, tenaga kesehatan, kader kesehatan, serta pengurus gereja.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Sebanyak 40 lansia mengikuti kegiatan dengan antusias. Hasil pemeriksaan menunjukkan beberapa lansia memiliki tekanan darah dan kadar gula darah di atas normal sehingga diberikan edukasi dan rujukan ke fasilitas kesehatan terdekat.

Kesimpulan kegiatan ini adalah pelayanan Posyandu Lansia mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan lansia mengenai kesehatan serta menjadi sarana deteksi dini terhadap masalah kesehatan yang dialami lansia

Kata kunci: Posyandu Lansia, Kesehatan Lansia, Pelayanan Kesehatan, Gereja

Abstract (English)

This Community Service Program (PKM) aimed to improve the health status and quality of life of elderly people through Elderly Posyandu services at Toraja Church, Rantepao Congregation, North Toraja Regency. Elderly individuals are vulnerable to various health problems due to the aging process and therefore require continuous health services. Low awareness among some elderly individuals regarding routine health check-ups remains a significant concern within the congregation.

The methods implemented included health education, blood pressure measurement, weight and height assessment, blood glucose examination, health consultations, and elderly exercise sessions. The activities involved lecturers, students, healthcare workers, health cadres, and church administrators.

The results indicated an increase in participants' knowledge regarding the importance of maintaining health and undergoing regular health check-ups. A total of 40 elderly participants attended the activity enthusiastically. Health examinations identified several participants with elevated blood pressure and blood glucose levels who were subsequently provided with education and referrals to nearby healthcare facilities.

In conclusion, the Elderly Posyandu service successfully improved elderly awareness and knowledge regarding health maintenance and served as an effective early detection mechanism for health problems among the elderly.

Keywords: Elderly Posyandu, Elderly Health, Health Services, Church

**Correspondent Author :
Email : pdynastin@gmail.com*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Seiring bertambahnya usia, kemampuan tubuh untuk mempertahankan fungsi normal mengalami penurunan sehingga meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, stroke, dan gangguan sendi.

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia menjadi tantangan tersendiri dalam penyediaan pelayanan kesehatan yang memadai. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia adalah melalui kegiatan Posyandu Lansia. Posyandu Lansia merupakan bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan lansia melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif sederhana, dan rehabilitatif.

Berdasarkan hasil observasi awal di Gereja Toraja Jemaat Rantepao Kabupaten Toraja Utara, masih ditemukan beberapa lansia yang belum melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dan kurang memahami pentingnya pola hidup sehat pada usia lanjut. Selain itu, sebagian lansia mengalami keterbatasan akses informasi kesehatan sehingga diperlukan kegiatan edukasi dan pelayanan kesehatan secara langsung.

Oleh karena itu, Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Institut Toraja Raya Indonesia melaksanakan kegiatan Pelayanan Posyandu Lansia di Gereja Toraja Jemaat Rantepao Kabupaten Toraja Utara sebagai upaya meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan status kesehatan lansia..

METODE PELAKSANAAN

a. Tahapan Kegiatan

1) Tahap Persiapan

Kegiatan diawali dengan survei lokasi dan koordinasi dengan Majelis Gereja Toraja Jemaat Rantepao untuk menentukan waktu, tempat, dan sasaran kegiatan. Selain itu dilakukan persiapan alat kesehatan, media edukasi, dan kebutuhan administrasi kegiatan.

2) Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui:

- a) Registrasi peserta lansia.
- b) Penyuluhan kesehatan lansia.
- c) Pemeriksaan tekanan darah.
- d) Pengukuran berat badan dan tinggi badan.
- e) Pemeriksaan gula darah.
- f) Konsultasi kesehatan.
- g) Senam lansia.
- h) Evaluasi kegiatan.

b. Solusi yang Ditawarkan

Untuk mengatasi rendahnya kesadaran lansia dalam menjaga kesehatan, solusi yang ditawarkan meliputi:

- 1) Edukasi kesehatan mengenai pola hidup sehat pada lansia.
- 2) Pemeriksaan kesehatan secara berkala.
- 3) Konseling kesehatan bagi lansia yang memiliki faktor risiko penyakit.
- 4) Pelaksanaan senam lansia untuk meningkatkan kebugaran fisik.
- 5) Pendampingan keluarga dalam mendukung kesehatan lansia.

a. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Tanggal Pelaksanaan: 15 Maret 2026

Waktu : 09.00 WITA – Selesai

Tempat : Gereja Toraja Jemaat Rantepao Kabupaten Toraja Utara

b. Rundown Kegiatan

Adapun Susunan Program kegiatan

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
09.00–09.30	Registrasi Peserta	30 menit	Tim
09.30–10.30	Penyuluhan Kesehatan Lansia	60 menit	Narasumber
10.30–12.00	Pemeriksaan Kesehatan	90 menit	Tim Medis
12.00–12.30	Konsultasi Kesehatan	30 menit	Tim
12.30–13.00	Senam Lansia	30 menit	Tim
13.00	Penutupan dan Snack	30 menit	Tim

c. Job Desk Tim Pelaksanaan

No	Nama Tim	Keterangan
1	Dynastin Since Pakita	Ketua Tim
2	Herman Tandilimbong	Anggota
3	Ludia Banne Allo	Anggota

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pelayanan Posyandu Lansia di Gereja Toraja Jemaat Rantepao berjalan dengan baik dan mendapat dukungan penuh dari pihak gereja serta masyarakat. Sebanyak 40 lansia hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan diperoleh data sebagai berikut:

- 12 lansia mengalami hipertensi ringan.
- 5 lansia memiliki kadar gula darah di atas normal.
- 23 lansia berada dalam kondisi kesehatan yang relatif baik.

Lansia yang memiliki faktor risiko penyakit diberikan edukasi kesehatan dan dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di puskesmas atau rumah sakit.

2. Peningkatan Pengetahuan

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai:

- Pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin.
- Pencegahan penyakit degeneratif.
- Pola makan sehat bagi lansia.
- Aktivitas fisik yang sesuai untuk lansia.

Rata-rata pengetahuan peserta meningkat sebesar 35% dibandingkan sebelum kegiatan.

3. Partisipasi Peserta

Lansia menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam sesi diskusi, konsultasi kesehatan, dan senam lansia.

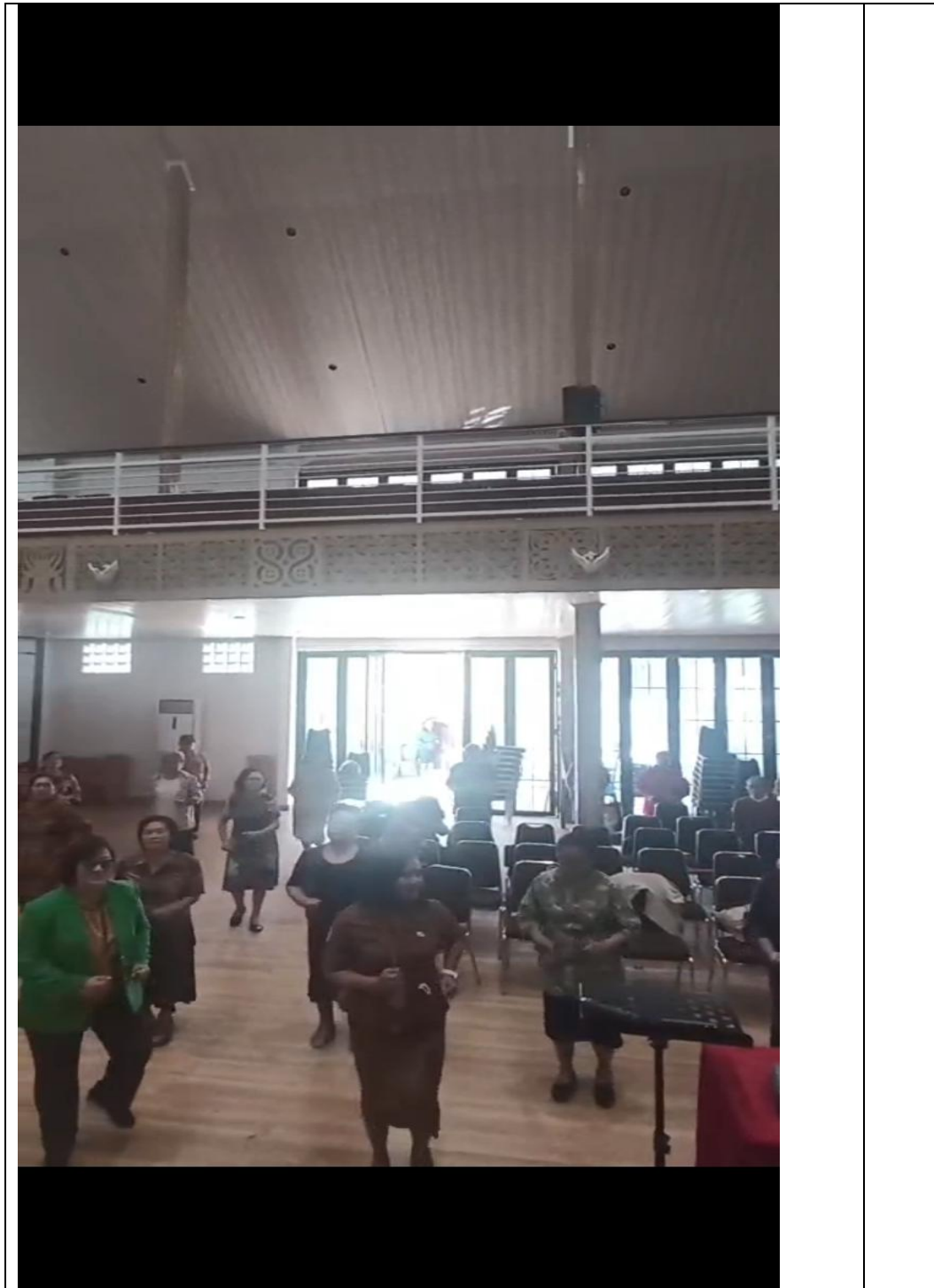
B. Luaran

Luaran yang dihasilkan dalam kegiatan ini meliputi:

1. Buku panduan kesehatan lansia.
2. Leaflet pola hidup sehat bagi lansia.
3. Data kesehatan lansia Jemaat Rantepao.
4. Dokumentasi kegiatan Posyandu Lansia.
5. Terbentuknya komitmen bersama untuk melaksanakan Posyandu Lansia secara berkala.









KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui Pelayanan Posyandu Lansia di Gereja Toraja Jemaat Rantepao Kabupaten Toraja Utara telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pentingnya menjaga kesehatan, melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, menerapkan pola hidup sehat, dan mencegah penyakit degeneratif. Selain itu, kegiatan ini menjadi sarana deteksi dini masalah kesehatan lansia sehingga dapat dilakukan penanganan lebih lanjut secara tepat.

DAFTAR PUSTAKA

Adventus, & Mahendra. (2019). Promosi Kesehatan. Jakarta: UKI Press.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia. Jakarta: Kemenkes RI.

Maryam, R. S. (2017). Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

World Health Organization. (2022). Ageing and Health. Geneva: WHO.