



---

**POSYANDU LANSIA: MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN DAN KUALITAS HIDUP MELALUI PENGABDIAN MASYARAKAT PADA KKN-T DI DESA TEMPURAN**

**Hendrisa Rizqie Romandoni<sup>1\*</sup>, Heny Sidanti<sup>2</sup>, Tiara Citra Maharani Firdaus<sup>3</sup>**  
<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Madiun

**Email:** [hendrisarizqie28@gmail.com](mailto:hendrisarizqie28@gmail.com)

---

**Article History:**

Received:

Revised:

Accepted:

**Keywords:** Pengabdian Masyarakat, Kuliah Kerja Nyata, Program Bidang UMKM

**Abstract:** Penelitian Pengabdian Posyandu Lansia di Dusun Bendo Barat, Desa Tempuran, Kabupaten Ngawi, merupakan upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN). Fokus utama kegiatan melibatkan penyuluhan kesehatan dengan topik pola makan sehat, olahraga ringan, dan pengelolaan stres, serta pemeriksaan kesehatan rutin melibatkan pengukuran tensi, kadar kolesterol, gula darah, dan asam urat. Penelitian ini juga mengeksplorasi tantangan pelaksanaan, termasuk keterbatasan sumber daya dan resistensi lansia terhadap pemeriksaan kesehatan rutin. Upaya penyelesaian melibatkan koordinasi dengan pihak berwenang, pihak terkait, dan pendekatan komunikatif untuk membangun pemahaman yang lebih baik di antara lansia. Hasilnya menunjukkan dampak positif pada perubahan kesehatan lansia, penguatan jaringan sosial, dan peningkatan kualitas hidup mereka. Kesimpulan dan saran berfokus pada evaluasi program, peningkatan sumber daya, dan pengembangan jaringan sosial. Penelitian ini memberikan wawasan tentang potensi Posyandu Lansia sebagai agen perubahan di masyarakat, dengan harapan dapat memberikan panduan bagi kegiatan serupa di masa mendatang.

---

© 2022 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

---

**PENDAHULUAN**

Dalam era globalisasi ini, perubahan pola hidup dan demografi penduduk menjadi pemandangan sehari-hari, menciptakan tantangan baru terutama dalam bidang kesehatan. Kelompok lansia, dengan kelemahan fisik dan ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan perubahan ini, menjadi salah satu yang paling rentan. Perubahan gaya hidup, seperti urbanisasi dan teknologi, bukan hanya membawa manfaat tetapi juga menciptakan tekanan baru pada kesehatan mereka.

Oleh karena itu, memberikan perhatian khusus kepada kelompok lansia menjadi suatu keharusan agar mereka dapat menjalani kehidupan yang sehat dan bermakna. Pentingnya penyediaan pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan mereka menjadi suatu prioritas dalam menjawab tantangan ini.

Di tengah kompleksitas perubahan ini, Posyandu Lansia muncul sebagai bentuk pelayanan masyarakat yang memiliki potensi besar. Fokus pada kebutuhan kesehatan dan kesejahteraan lansia menjadi landasan utama, dan dalam konteks ini, program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dapat menjadi sarana yang efektif untuk memberikan dampak positif.

Melalui upaya bersama, mahasiswa dan masyarakat dapat bekerja sama untuk membangun solusi konkret, meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya perawatan lansia, dan mengukir peran penting Posyandu Lansia dalam mewujudkan kesejahteraan lansia di tengah dinamika perubahan global (Retnaningsih & Winarti, 2022).

Berikut ini dokumentasi kegiatan saat posyandu lansia,



Gambar 1. Pengecekan Tensi oleh Petugas



Gambar 2. Pengecekan Kesehatan Lanjutan



Gambar 3. Foto Bersama Mitra

Poin ketiga yang terdapat dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pengabdian kepada masyarakat, memiliki relevansi yang kuat dalam konteks ini (Kasman et al., 2018). Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi menggarisbawahi bahwa pengabdian kepada masyarakat adalah kegiatan civitas akademika yang memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan masyarakat serta mencerdaskan kehidupan bangsa. Kegiatan pengabdian mahasiswa diharapkan dapat menjadi pendorong dalam pengembangan riset terapan yang bertujuan membantu menyelesaikan permasalahan di masyarakat, sekaligus mengembangkan kepekaan sosial dan rasa tanggung jawab mahasiswa terhadap kondisi sosial yang ada (Malaikosa et al., 2022). Dengan demikian, pengabdian Posyandu Lansia pada program KKN tidak hanya memberikan dampak positif secara langsung pada kesehatan lansia, tetapi juga menyumbangkan pada pengembangan keterampilan dan kesadaran sosial mahasiswa sebagai agen perubahan yang berkelanjutan.

## METODE PELAKSANAAN

### A. Pemilihan Lokasi Posyandu Lansia

Pemilihan lokasi Posyandu Lansia difokuskan pada Dusun Bendo, Desa Tempuran, Kabupaten Ngawi, dengan lebih spesifik di Dusun Bendo Barat, tepatnya di rumah salah satu kader Posyandu, yaitu Ibu Bayan Sismiati RT 06. Keputusan ini didasarkan pada kebutuhan mendalam untuk memberikan pelayanan kesehatan dan sosial kepada lansia di lingkungan yang teridentifikasi secara lebih spesifik.

### B. Rencana Kegiatan

Rencana kegiatan dimulai dengan pendataan lansia dari RT 1-7 di Dusun Bendo Barat. Pendataan ini akan menjadi dasar untuk merancang program pelayanan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat setempat. Pelaksanaan kegiatan direncanakan pada tanggal 10 Januari, dengan tujuan memberikan pelayanan yang tepat waktu dan memberikan kesempatan bagi seluruh lansia di wilayah tersebut untuk ikut serta.

### C. Kerjasama dengan Pihak Terkait

Kerjasama yang erat akan dibangun dengan pihak terkait, terutama dengan Ibu Bidan Nita dan segenap pengurus Posyandu Bendo Barat. Koordinasi yang baik dengan Ibu Suyati, sebagai koordinator pengurus Posyandu, akan menjadi kunci keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Dalam hal ini, kolaborasi dengan tenaga medis seperti bidan akan memastikan aspek kesehatan tercakup dengan baik, sementara keterlibatan pengurus

Posyandu akan memperkuat pendekatan komunitas dalam penyelenggaraan pelayanan. Dengan kerjasama ini, diharapkan kegiatan Pengabdian Posyandu Lansia dapat berjalan efektif dan memberikan dampak positif yang signifikan bagi masyarakat Dusun Bendo Barat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam usaha meningkatkan kesadaran kesehatan lansia, kegiatan penyuluhan akan diadakan secara rutin. Fokus utama penyuluhan mencakup topik-topik penting seperti pola makan sehat, olahraga ringan, dan pengelolaan stres. Tujuannya adalah memberikan pengetahuan yang bermanfaat bagi lansia, membantu mereka memahami praktik kesehatan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya, dalam rangka mendeteksi dini potensi masalah kesehatan, pemeriksaan rutin akan dilakukan. Proses ini mencakup pengukuran tensi, pemeriksaan kadar kolesterol, gula darah, dan asam urat. Langkah ini diambil untuk mengidentifikasi secara awal adanya potensi masalah kesehatan pada lansia, sehingga tindakan pencegahan atau penanganan yang tepat dapat diberikan secara waktu.

Namun, pelaksanaan kegiatan ini tidak lepas dari sejumlah tantangan. Keterbatasan sumber daya, terutama terkait dengan peralatan medis, dapat menjadi hambatan utama. Selain itu, resistensi atau kurangnya pemahaman lansia terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin juga dapat menjadi kendala yang signifikan.

Untuk mengatasi kendala tersebut, strategi konkret akan diterapkan. Koordinasi yang erat dengan pihak berwenang dan pihak terkait akan diupayakan untuk mendapatkan dukungan finansial dan logistik yang diperlukan. Selain itu, pendekatan komunikatif akan diterapkan untuk membangun pemahaman yang lebih baik di kalangan lansia tentang urgensi dan manfaat pemeriksaan kesehatan rutin.

Dengan demikian, melalui pendekatan yang terstruktur dan berbasis pada kebutuhan masyarakat, diharapkan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan rutin dapat diimplementasikan dengan efektif, membawa dampak positif pada kesadaran kesehatan dan kesejahteraan lansia di Dusun Bendo Barat.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

Dalam pelaksanaan Pengabdian Posyandu Lansia di Dusun Bendo Barat, Desa Tempuran, Kabupaten Ngawi, berbagai kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan rutin telah dijalankan dengan tujuan meningkatkan kesadaran kesehatan dan kesejahteraan lansia. Penyuluhan mengenai pola makan sehat, olahraga ringan, dan pengelolaan stres memberikan pengetahuan yang bermanfaat, sedangkan pemeriksaan kesehatan rutin mencakup parameter vital seperti tensi, kadar kolesterol, gula darah, dan asam urat. Namun, pelaksanaan tidak terlepas dari tantangan seperti keterbatasan sumber daya dan resistensi lansia terhadap pemeriksaan rutin.

### 2. Saran

- 1) Peningkatan Sumber Daya: Perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan ketersediaan sumber daya, terutama peralatan medis yang mendukung pelaksanaan pemeriksaan kesehatan rutin. Kerjasama dengan pihak terkait dan pencarian dukungan finansial dapat menjadi langkah strategis.



- 2) Penguatan Pendekatan Komunikatif: Pendekatan komunikatif yang lebih intensif perlu diterapkan untuk membangun pemahaman yang lebih baik di antara lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Melibatkan keluarga dan masyarakat sebagai pendukung juga dapat membantu mengatasi resistensi.
- 3) Evaluasi dan Penyesuaian Program: Evaluasi rutin terhadap pelaksanaan kegiatan perlu dilakukan untuk menilai efektivitasnya. Hasil evaluasi dapat menjadi dasar untuk penyesuaian program agar lebih sesuai dengan kebutuhan dan harapan masyarakat.
- 4) Pengembangan Jaringan Sosial: Peningkatan jaringan sosial antara lansia dan masyarakat sekitar dapat menjadi faktor kunci dalam meningkatkan dampak positif pada kesejahteraan lansia. Mendorong kolaborasi antara Posyandu Lansia dan komunitas setempat dapat memperkuat dukungan sosial.

Dengan menerapkan saran-saran di atas, diharapkan Pengabdian Posyandu Lansia dapat terus berkembang dan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kesehatan dan kualitas hidup lansia di Dusun Bendo Barat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Secara tulus, kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada seluruh pihak yang telah menjadi penopang utama dalam kelancaran dan keberhasilan kegiatan Pengabdian Posyandu Lansia di Dusun Bendo Barat. Terima kasih kepada perangkat Desa Tempuran atas dukungan, bimbingan, dan kerjasama yang luar biasa, memberikan landasan kokoh untuk pelaksanaan kegiatan ini. Pak Kepala Dusun Bendo, terima kasih atas kesediaan, keramahan, dan arahan yang menjadi pilar penting dalam kelancaran setiap langkah kami. Rasa terima kasih juga kami sampaikan kepada Ibu Kader Posyandu Bendo Barat atas dedikasi dan semangat dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia, serta kepada Bu Bidan Nita yang telah berkontribusi dengan ilmu dan pengalamannya dalam mendukung keberhasilan kegiatan kesehatan. Pihak Universitas PGRI Madiun, terima kasih atas dukungan, bimbingan, dan kesempatan yang telah diberikan kepada kami sebagai mahasiswa untuk menjalankan kegiatan ini.

Tidak lupa, kepada seluruh rekan KKN-T Kelompok 2 Universitas PGRI Madiun, terima kasih atas semangat tim, kerjasama, dan dedikasi yang luar biasa. Kebersamaan kita telah menciptakan capaian positif dan dampak positif bagi masyarakat. Semoga kerjasama ini dapat terus berkembang dan memberikan manfaat yang lebih besar untuk kemajuan bersama. Terima kasih atas setiap kontribusi dan dukungan yang telah diberikan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Kasman, R., Hidayat, S., & Sodikin, A. (2018). MEMBERDAYAKAN MASYARAKAT DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP MELALUI BIDANG PENDIDIKAN, LINGKUNGAN, EKONOMI DAN KESEHATAN. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(2), 196–204. <https://doi.org/10.32832/abdidos.v2i2.177>
- Kompetensi Kader Posyandu Lansia melalui Pelatihan dan Pendampingan | Abdimas Polsaka*. (2024). <https://abdimas.polsaka.ac.id/index.php/abdimpolsaka/article/view/15>

- Malaikosa, Y. M. L., Widyadharma, A. P., & Pangestu, W. T. (2022). Curriculum and learning management: Integration of creative economy value to improve students' life skill. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 12(1), 76–85. <https://doi.org/10.21831/jpv.v12i1.44253>
- Retnaningsih, D., & Winarti, R. (2022). PENGABDIAN MASYARAKAT PADA KELOMPOK KADER POSYANDU LANSIA DI KELURAHAN TAMBAKHARJO. *Jurnal Implementasi Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JIPMK)*, 4(2). <https://doi.org/10.33660/jipmk.v4i2.74>