



**PERAN KADER KESEHATAN DALAM PENINGKATAN
KESEHATAN LANJUT USIA (LANSIA)**

***THE ROLE OF HEALTH CAREERS IN INCREASING
HEALTH ELDERLY (ELDERLY)***

¹Charis Christiani, ²Agus Bahrudin, ³R Permadi Mulajaya

¹FISIP UNTAG SEMARANG

²FISIP UNTAG SEMARANG

³FISIP UNTAG SEMARANG

⁴FISIP UNTAG SEMARANG

*charis-christiani@untagsmg.ac.id

Article History:

Received: 10 Februari 2023

Revised: 3 Maret 2023

Accepted:

Keywords: *Cadres, Health, Elderly*

Abstract: *The increase in the number of elderly population (elderly) in the city of Semarang, the increase in the elderly will bring problems due to the aging process which causes a risk of decreasing health status. The elderly will become the strength of a country if they are in a healthy, independent, active and productive condition. One solution to achieve this requires the optimal role of health cadres. As a religious institution, GKJ Jatingaleh Semarang has a service task, one of which is health care for the elderly. To support this service, the PPM FISIP UNTAG Semarang Team conducted PPM activities at the church. The purpose of the PPM activities is assisting in the formation of health cadres; provide medical examination services and provide medical equipment needed in examination activities. The method used is mentoring and practice of health checks. The results of these activities were the formation of a GKJ Jatingaleh health cadre team with 5 cadres as members; health checks have been carried out on 47 elderly residents of GKJ Jatingaleh; and delivery of medical equipment.*

Abstrak

Pertambahan jumlah penduduk usia lanjut (Lansia) di kota Semarang, meningkatnya Lansia tersebut akan membawa permasalahan akibat proses penuaan yang menyebabkan resiko penurunan status kesehatan. Lansia akan menjadi kekuatan suatu negara apabila dalam kondisi yang sehat mandiri, aktif dan produktif. Salah satu solusi untuk mencapainya dibutuhkan peran kader kesehatan secara optimal. Sebagai suatu lembaga keagamaan GKJ Jatingaleh Semarang mempunyai tugas pelayanan yang salah satunya adalah pelayanan kesehatan untuk warga lansia. Untuk mendukung pelayanan



tersebut Tim PPM FISIP UNTAG Semarang melakukan kegiatan PPM di gereja tersebut. Tujuan kegiatan PPM tersebut adalah Pendampingan pembentukan kader kesehatan; menyediakan pelayanan pemeriksaan kesehatan dan menyediakan alat kesehatan yang diperlukan dalam kegiatan pemeriksaan. Metode yang dilakukan adalah pendampingan dan praktek pemeriksaan kesehatan. Hasil dari kegiatan tersebut adalah terbentuknya tim kader kesehatan GKJ Jatingaleh dengan anggota sebanyak 5 orang kader; telah dilakukan pemeriksaan kesehatan kepada 47 orang lansia warga GKJ Jatingaleh; dan diserahkannya alat-alat medis.

Kata Kunci : Kader, Kesehatan, Lansia

PENDAHULUAN

A. latar Belakang

Agenda Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (the 2030 *Agenda for Sustainable Development Goals/SDG`s*) adalah peningkatan kesejahteraan penduduk lanjut usia (lansia) yaitu penduduk berusia > 60 tahun semakin mendapatkan perhatian, terkait erat dengan menanganan kemiskinan dan kelaparan, kesetaraan gender, peningkatan akses dan layanan kesehatan serta pendidikan sepanjang hayat. Telah menjadi komitmen global bahwa upaya mewujudkan kesejahteraan penduduk lanjut usia sebagai bentuk keberhasilan pembangunan ekonomi dengan meningkatnya usia harapan hidup, menurunnya angka kematian, pelayanan kesehatan yang baik.

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) sejak tahun 2000 telah merespon positif kondisi meningkatnya kelompok lansia (kelompok umur > 60 tahun) dan memikirkan tentang pentingnya kesejahteraan lanjut usia. Berdasarkan proyeksi jumlah dan proporsi lansia tumbuh cepat sejak tahun 2000 dan semakin meningkat pada dasa warsa 2050-an. Proporsi lansia diperkirakan meningkat dua kali lipat pada tahun 2050 diseluruh dunia. Pada tahun 2019 proporsi lansia (6,9%) meningkat menjadi 16,4% tahun 2050 yang akan datang. Dengan kata lain satu dari lima penduduk dunia adalah lanjut usia (Laporan Kependudukan PBB, 2018).

Penduduk lansia di Indonesia semakin meningkat, berdasarkan data BPS (2010) jumlah lansia sebanyak 18,1 juta orang (7,6%) meningkat menjadi 21,6 juta orang (8,5%) tahun 2015 dan pada tahun 2025 meningkat menjadi 33,7 juta (15,8%). Pada tahun 2035 diperkirakan menjadi sebanyak 48,2 juta orang (15,8%) dan tahun 2045 menjadi sebanyak 62,9 juta orang (19,8%) dari jumlah penduduk 318,9 juta jiwa (Bappenas, 2018). Negara kita mengalami peningkatan lansia tertinggi di Asia Tenggara. Dari data diatas 92,1% lansia tinggal bersama keluarga besar (*ekstended family*) dan 67% dari lansia tinggal bersama pasangan (keluarga batih) dan hanya 6,7% saja yang tinggal sendiri (Kompas 29 Juni 2020). Dengan demikian potensi lansia secara nasional lebih merupakan aset bangsa dan lebih banyak lansia tetap sehat, berkarya dan produktif dalam berbagai bidang usaha (Bappenas, 2019). Terdapat lima provinsi dengan penduduk lansia terbesar (2020) yaitu (1) Provinsi DIY (18,76%), (2) Bali (sebesar 13,38%), (3) Jawa Tengah terbanyak ketiga yaitu 12,38%, (4) Provinsi Sulawesi Selatan sebesar 12,16% dan kelima (5) Provinsi Jawa Timur sebanyak 11,81% (Bappenas, 2020). Kondisi lansia di Kota Semarang (2021) dengan jumlah penduduk sebanyak 1.687.222 jiwa memiliki lansia cukup besar yaitu 10,97%, dengan perincian banyaknya lansia perempuan adalah 100.440 orang dan laki-laki sebanyak 84.533 orang.

Banyaknya lansia memerlukan perhatian peningkatan kesehatan agar mereka tetap produktif dan sehat. Perlunya mengatasi permasalahan lansia adalah kemiskinan, pengangguran, kerentanan, terlantar dan perempuan kepala keluarga (Peka) lansia serta lansia hidup sendiri.

Menarik untuk mengkaji peran kader perempuan dalam peningkatan kesehatan lansia di Gereja Kristen Jawa (GKJ) Jatingaleh, Kecamatan Tembalang. Di gereja tersebut jumlah jemaat (2022) sebanyak 154 jiwa terdapat sebanyak 58 orang (37,66%) warga lansia dan sebagian besar kaum perempuan. Kelompok lansia tersebut masih produktif dengan kegiatan ibu rumah tangga, pedagang kecil menekuni usaha kuliner tradisional (Profil GKJ Jatingaleh, 2022). Dengan demikian 1 dari 3 warga gereja adalah kelompok lanjut usia, hal ini mendapatkan perhatian dari pimpinan gereja untuk melakukan peningkatan kesejahteraan dan melembagakan dalam Paguyuban Adiyuswa (Paguyuban Lansia). Secara kelembagaan kegiatan yang dilakukan adalah : (1) pembahasan Alkitab secara berkala dengan pertemuan warga (2) santunan sosial (peningkatan kesehatan lansia swadaya, bantuan untuk warga kurang beruntung), dan (3) paduan suara serta (4) santunan kematian melalui yayasan kematian “Omega” (Semarang). Menarik untuk dikaji bahwa dalam pelaksanaan kegiatan santunan sosial/peningkatan kesehatan lansia melibatkan kader kesehatan (tenaga medis warga sendiri) jemaat perempuan. Kegiatan tersebut sebagai bagian dari pemberdayaan masyarakat dalam rangka meningkatkan akses dan layanan pemeriksaan kesehatan lansia dengan pemberdayaan kelompok pra-lansia (usia 50 – 59 tahun) dan keluarga yang memiliki lansia. Dengan demikian maka keluarga lansia dan keluarga pra lansia memiliki kapasitas dan memahami dalam pengasuhan lansia tetap sehat dan mandiri.

Fasilitasi kader kesehatan dilaksanakan berdasarkan Rencana Aksi (Renaksi) Paguyuban Lansia GKJ Jatingaleh Tahun 2018 - 2024. Dokumen rencana aksi meningkatkan kesehatan dan kemandirian lansia disusun untuk waktu lima tahun yang menguraikan tentang (1) pelatihan, peningkatan kapasitas anggota agar memahami perilaku hidup bersih dan sehat serta (2) membangun jejaring kemitraan agar anggota mendapatkan pelayanan kesehatan dasar dari Puskesmas, Posyandu Lansia, (3) kelengkapan dokumen kependudukan: (4) BPJS Kesehatan dan (5) santunan pelayanann sosial dari Yayasan Kematian “Omega” dan rintisan pensiun melalui Dana Pensiun Lembaga Keuangan (DPLK). Dengan kelengkapan tersebut maka keluarga lebih mudah menangani apabila orang tua sakit yang mengharuskan opname atau hal lain yang sifatnya darurat.

B. Maksud dan Tujuan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

Tujuan dari kegiatan ini adalah:

1. Pendampingan pembentukan kader kesehatan dari warga gereja GKJ Jatingaleh Semarang
2. Untuk menyediakan pelayanan pemeriksaan kesehatan (tenaga medis, penimbangan berat badan, pemeriksaan darah rutin (Gula, asam urat dan kolesterol), pemeriksaan saturasi, pemeriksaan tensi dan pemberian vitamin.
3. Untuk membantu penyediaan alat-alat medis sederhana (timbangan, alat tensi, alat tes gula darah dll) yang diperlukan dalam kegiatan pemeriksaan.

C. Pokok Pengertian dan Konsep

Dalam pelaksanaan kegiatan PPM ini dikemukakan pengertian dan konsep agar



memberikan pemahaman yang sama, sebagai berikut :

1. **Penduduk Lanjut Usia** adalah penduduk yang telah mencapai umur 60 tahun atau lebih. Lanjut usia dikelompokkan berdasarkan tiga kategori yaitu (1) lansia potensial; (2) lansia tidak potensial dan (3) lanjut usia terlantar. Dalam hal ini warga lanjut usia di GKJ Jatingaleh sebagian besar adalah kelompok perempuan lansia yang aktif melakukan pekerjaan domestik dan kegiatan ekonomi produktif (berdagang dan usaha mikro/kecil dalam keluarga)
2. **Paguyuban Adiyuswo** adalah semua warga lansia yang mengikuti kegiatan di GKJ Jatingaleh dalam rangka meningkatkan kesehatan, kemandirian dan sosial secara swadaya.
3. **Peningkatan kesehatan lanjut usia** (lansia) adalah serangkaian program yang diselenggarakan agar lansia hidup sehat, mandiri dan sejahtera melalui fasilitasi dan pelayanan keagamaan, kesehatan, perlindungan sosial dan bantuan sosial, kesempatan kerja, pendidikan dan pelatihan, serta akses dan layanan penggunaan sarana dan prasarana dasar/umum.
4. **Kader Kesehatan** adalah seseorang atau sekelompok orang yang terlatih menangani penyuluhan, pencegahan dan penanganan kesehatan lansia di GKJ Jatingaleh. Kader kesehatan tersebut dilatih internal oleh dokter, paramedis dan pemberdayaan kelompok lansia dan keluarganya.
5. **Kelembagaan dan Pemberdayaan Lansia** adalah kelembagaan swadaya yang terdiri dari Paguyuban Adiyuwu (GKJ Jatingaleh), Forum Komunikasi Lanjut Usia Kecamatan (FKK Lansia) Candisari, Posyandu Lansia (Kelurahan Jatingaleh) dan jejaring kemitraan masyarakat (rukun tetangga/ rukun warga) sekitar gereja.
6. **Pemangku Kepentingan Kesehatan Lansia** adalah segenap pihak yang berperan serta dalam peningkatan akses dan layanan kesehatan dan sosial bagi lansia, baik dari perangkat daerah, dunia usaha dan dunia industri (DUDI), perguruan tinggi dan lembaga sosial serta media massa (termasuk media sosial) yang memiliki kepedulian meningkatkan kesehatan lansia pada umumnya.

D. Ruang Lingkup Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

Upaya peningkatan kesejahteraan lansia mengacu Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menjadi “batu penjurus dalam merumuskan kesejahteraan lansia, baik tentang kesehatan, perlindungan sosial dan peningkatan akses pada pelayanan dasar lainnya. Jawa Tengah telah menetapkan Perda yang dapat menjadi dasar dalam meningkatkan kesejahteraan lansia dengan disertai pedoman pelaksanaannya. Berdasarkan Perda Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Lanjut Usia dan pedoman pelaksanaan dengan Peraturan Gubernur Nomor 38 Tahun 2015 tentang Petunjuk Pelaksanaan Perda Nomor 6 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Kesejahteraan Lanjut Usia. Sedangkan Kota Semarang mengintegrasikan kebijakan peningkatan kesejahteraan lansia ke dalam Perda Nomor 5 tahun 2021 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) Kota Semarang 2021 – 2026 terutama kebijakan peningkatan kesejahteraan lansia secara swadaya dan berbasis masyarakat di kota Semarang.

Upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia, terkait erat dengan arah kebijakan sistem perlindungan sosial, terutama agar lansia kesejahteraannya baik, tetap sehat dan tidak menjadi tertantar dengan kepedulian keluarga dan Lembaga gereja. Pada

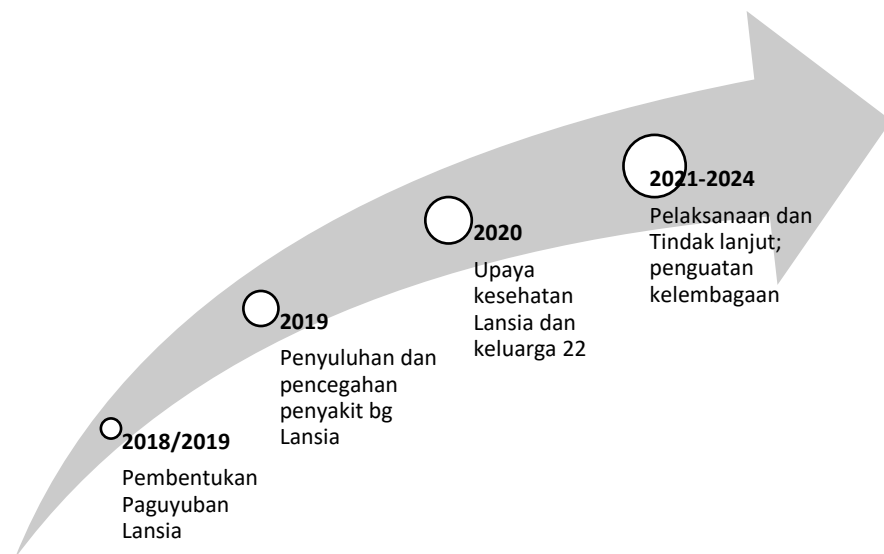
skala yang lebih luas hal ini sejalan dengan semakin meningkatnya persentase lansia sejak dasa warsa 2000an dan kita mengalami pertumbuhan paling cepat diantara negara-negara Asia Tenggara (The Prakarsa, 2019).

Pelaksanaan peningkatan kesehatan lansia di GKJ Jatingaleh merupakan upaya terencana dan berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan lansia agar tetap produktif dan mandiri serta memiliki jejaring kemasyarakatan (keluarga, komunitas gereja dan rukun tetangga) sehingga relasi sosial lansia tetap berkembang, secara skematis dikemukakan sebagai berikut :



Gambar 1: Alur Pikir Peningkatan Kesehatan Lansia GKJ Jatingaleh

Program jangka menengah dalam upaya peningkatan kesehatan lansia, kelompok pra lansia dan keluarga di GKJ Jatingaleh tercantum dalam **Rencana Aksi (Renaksi) Peningkatan Kesehatan Lansia GKJ Jatingaleh**. Dokumen perencanaan tersebut bertujuan agar lansia tetap sehat, produktif dan mandiri yang tertuang secara rinci dalam peta jalan perencanaan tahun 2018 – 2024, secara ringkas dikemukakan tonggak-tonggak peta jalan secara skematis sebagai berikut



Gambar 2 : Tonggak Pengembangan Kelembagaan dan Peningkatan Kesehatan Lansia Berdasarkan Renaksi Paguyuban Lansia GKJ Jatingaleh 2018 – 2024

Berdasarkan tonggak-tonggak peningkatan kesehatan lanjut usia dan keluarga berdasarkan rencana aksi dapat dikemukakan ringkasan adalah sebagai berikut :

Tabel 1.
Prioritas Program dan Hasil yang Diharapkan Berdasarkan Renaksi Peningkatan Kesehatan Paguyuban Lansia GKJ Jatingaleh 2018 - 2024

No	Tahun	Prioritas Program	Hasil yang Diharapkan
1	2018	Menyusun data pokok; Pembentukan kader dan paguyuban Lansia dengan penyuluhan dan simulasi layanan	Tersusunnya data terpadu kesehatan lansia; kader dan penyuluhan PHBS
2	2019	Penyuluhan kelompok dan gambaran manfaat kesehatan dan PHBS	Meningkatnya pemahaman dan kesadaran Lansia sehat dan mandiri
3	2020	Pelaksanaan layanan cek kesehatan lansia dan pemahaman bagi keluarga	Terlaksana cek kesehatan di GKJ Jatingaleh
4	2021 - 2024	Tindak lanjut dan kerjasama dengan Yayasan kematian “Omega” dan Posyandu Lansia	Pelaksanaan kegiatan Paguyuban dan layanan cek kesehatan dan jaminan sosial

E. Hasil yang diharapkan dalam Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

1. Terbentuknya kelompok kader kesehatan yang terdiri dari warga gereja yang mempunyai profesi sebagai tenaga medis maupun warga biasa yang tergerak sebagai kader relawan dalam bidang pelayanan kesehatan
2. Tersedianya peralatan medis sederhana yang diperlukan dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan yaitu timbangan, alat tensi, alat tes gula darah, asam urat dan kolesterol, alat tes saturasi dll)
3. Partisipasi warga GKJ Jatingaleh dalam pemeriksaan kesehatan yang diadakan oleh tim PPM UNTAG Semarang.

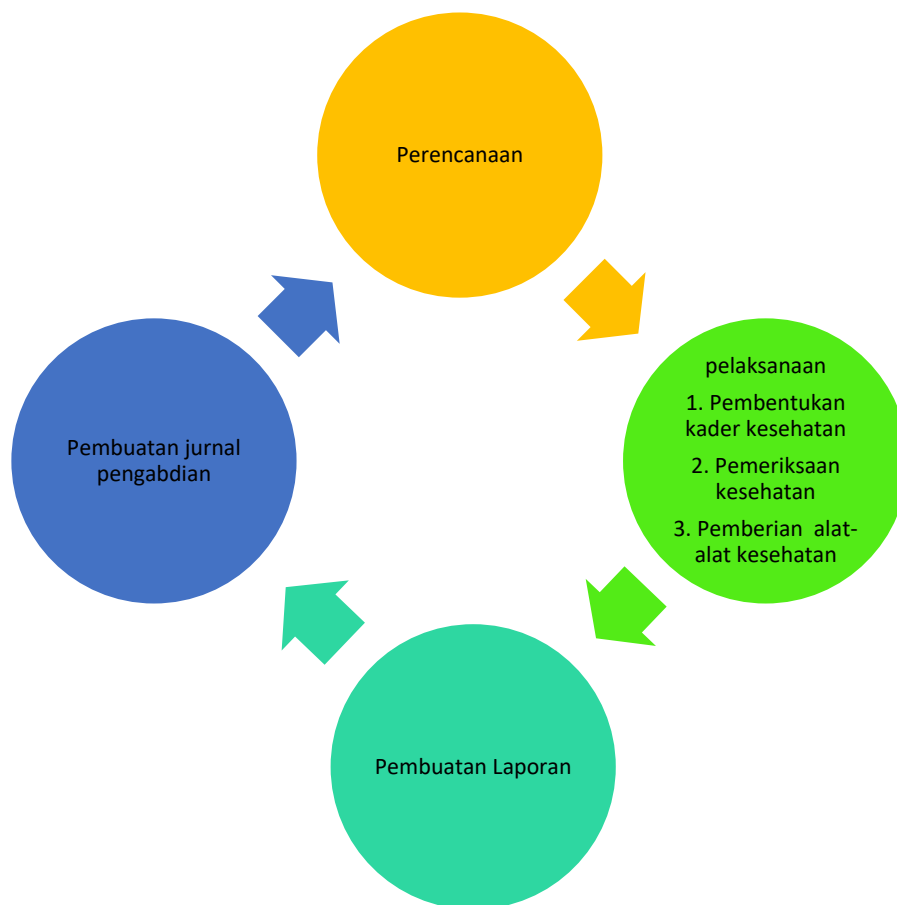
METODE

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini dilakukan di Gereja Kristen Jawa Jatingaleh yang berlokasi di Jalan Kesatrian No 3 Kecamatan Candisari Semarang. Sebagai obyek yang akan menerima manfaat dari kegiatan ini adalah warga gereja yang berumur 55 tahun ke atas (disebut lansia) yang berjumlah kurang lebih 50 orang lansia. Sebagai pelaksana kegiatan PPM ini adalah dosen dan mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Semarang.

Kegiatan ini dilakukan selama kurang lebih 4 bulan yaitu bulan Agustus sampai dengan Desember 2022 meliputi kegiatan perencanaan, pelaksanaan sampai dengan pembuatan laporan dan jurnal kegiatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 26 Agustus 2022 yang terdiri dari :

1. Pendampingan pembentukan kader kesehatan GKJ Jatingaleh Semarang.
2. Pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tensi, saturasi, penimbangan berat badan serta pemeriksaan gula darah.
3. Pemberian peralatan medis berupa timbangan, alat saturasi dan cek gula darah, kolesterol dan asam urat.

Proses kegiatan PPM ini dapat dilihat dari diagram di bawah ini.



Gambar 1. Diagram Proses kegiatan PPM

HASIL

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) di Gereja Kristen Jawa Jatingaleh Jalan Kesatrian No 3 Kecamatan Candisari dilaksanakan selama bulan Agustus 2022 sampai dengan bulan Desember 2022. Tim pelaksana dari kegiatan PPM ini terdiri dari 2 dosen dan 2 mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas 17 Agustus 1945 Semarang. Kegiatan PPM tersebut meliputi :

A. Pembentukan Kader Kesehatan

Pembentukan kader kesehatan GKJ Jatingaleh dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 26 Agustus 2022. Pada Kegiatan ini terbentuk kader kesehatan sejumlah 5 kader yang berasal dari warga GKJ Jatingaleh yang mempunyai keahlian dibidang kesehatan (tenaga medis aktif maupun pensiunan dari beberapa Rumah Sakit). Kader Kesehatan tersebut adalah

- a. Harni Jono (RS Telogorejo)
- b. Anindita Ayu (RS Pantiwilasa Citarum)
- c. Endang Pratiwi (Puskesmas)
- d. Mercy S. (Bidan Desa)
- e. Dian Kusuma (RS Hermina)



Gambar 1 : Pembentukan kader Kesehatan GKJ Jatingaleh Semarang

B. Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan Lansia GKJ Jatingaleh dilakukan hari Jumat tanggal 26 Agustus 2022 setelah acara pembentukan kader Kesehatan GKJ Jatingaleh. Jumlah lansia yang hadir pada acara pemeriksaan kesehatan tersebut sebanyak 47 orang lansia dengan jenis penimbangan berat badan dilanjutkan dengan pemeriksaan tensi darah, saturasi, Gula darah, asam urat dan kolesterol.

Hasil dari pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di GKJ Jatingaleh Semarang mempunyai keluhan pada masalah tensi darah serta gula darah. Namun demikian sebagian besar mencapai angka 130-150, hanya ada 2 orang yang mempunyai tensi sampai dengan lebih dari 180/100. Sedangkan Untuk gula darah rata-rata mereka ada diangka 150-200, Berat badan normal tidak ada yang obesitas, saturasi bagus semua rata-rata dikisaran 95-99, asam urat dikisaran 6-8 dan kolesterol pada angka 120 – 200.



Gambar 2 : Pemeriksaan Kesehatan

C. Pemberian Alat-alat medis

Kegiatan selanjutnya adalah penyerahan alat-alat medis sederhana yaitu Timbangan Badan, Alat pengukuran saturasi, Tensimeter dan alat cek gula darah, asam urat dan kolesterol.



Gambar 3 : Penyerahan alat-alat medis

Dari kegiatan ini diharapkan dapat mencapai target seperti yang sudah ditentukan dalam perencanaan PPM yaitu :

1. Terbentuknya kelompok kader kesehatan yang terdiri dari warga gereja yang mempunyai profesi sebagai tenaga medis maupun warga biasa yang tergerak sebagai kader relawan dalam bidang pelayanan kesehatan
2. Tersedianya peralatan medis sederhana yang diperlukan dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan yaitu timbangan, alat tensi, alat tes gula darah, asam urat dan kolesterol, alat tes saturasi dll)
3. Tercapainya lansia yang sehat dan berdayaguna.

DISKUSI

Peningkatan jumlah lansia akan menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti meningkatnya penyakit degeneratif dan kanker yang menyebabkan penurunan produktifitas lansia. Penurunan produktifitas pada lansia terjadi karena penurunan fungsi sehingga dapat menyebabkan lansia mengalami penurunan kemandirian dalam melaksanakan kegiatan harian (Rohaedi, 2016). Penurunan kondisi fisik ini dapat berupa penurunan fungsi indra yang menyebabkan lansia menjadi rendah diri, mudah tersinggung dan merasa tidak berguna. Kondisi penurunan kesehatan fisik ini akan berpengaruh terhadap kegiatan lansia sehari-hari.

Kualitas hidup terdiri dari dimensi fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan, keseluruhan dimensi kehidupan tidak hanya dapat ditangani secara kuratif tetapi perlu pendekatan yang lebih personal berupa perawatan paliatif (Anita dalam Susi Susilowati, 2021). Kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kondisi fisik, psikologis, hubungan sosial, lingkungan, dan karakteristik demografi lansia. Keadaan fisik lansia, tanda-tanda vital, postur tulang belakang dan status gizi.

Pelayanan lansia meliputi layanan yang berbasis pada keluarga, masyarakat dan lembaga (Demartoto dalam Susi Susilowati, 2021). Keterlibatan keluarga, masyarakat dan lembaga (Gereja) akan meningkatkan efisiensi pelayanan karena dapat membantu baik dari segi tenaga (Sumber Daya Manusia), dana maupun sarana sehingga tercapai tujuan dari kegiatan pelayanan lansia. Salah satu bentuk layanan yang dilakukan oleh masyarakat dan lembaga dapat melalui pembentukan kader kesehatan.

A. Peran Kader

Jumlah lansia yang cukup besar di Gereja mengharuskan gereja untuk membentuk kader kesehatan lansia. Di GKJ Jatingaleh mempunyai jemaat (tahun 2022) sebanyak 154 jiwa

dengan jumlah 58 orang (37,66%) warga lansia yang sebagian besar kaum perempuan. Kondisi tersebut menjadi pertimbangan GKJ Jatingaleh untuk membentuk kader kesehatan lansia dari warga gereja sendiri. Kegiatan PPM FISIP UNTAG Semarang yang diselenggarakan di GKJ Jatingaleh berusaha membantu memfasilitasi pembentukan kelompok kader kesehatan lansia GKJ Jatingaleh. Akhirnya pada hari jumat tanggal 26 Agustus terbentuklah kader kesehatan GKJ Jatingaleh dengan melibatkan warga gereja yang mempunyai ketrampilan dan keahlian di bidang medis.

Peran kader kesehatan ini sangat besar dalam rangka meningkatkan kualitas hidup lansia warga GKJ Jatingaleh. Para kader kesehatan ini melakukan pelayanannya dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan bagi lansia GKJ Jatingaleh yang dilakukan setiap hari Jumat pada minggu pertama setiap bulan dengan rata-rata lansia yang hadir sebanyak kurang lebih 40 orang. Selain pemeriksaan rutin para kader ini juga membantu lansia dalam hal pemberian sosialisasi dan kesadaran kepada lansia untuk hidup sehat,

B. Pemeriksaan Kesehatan

Upaya promotif adalah upaya pertama dimana dalam upaya promotif terdapat upaya pembelajaran bagi para masyarakat termasuk warga gereja untuk meningkatkan derajat kesehatannya. Salah satu tujuan kegiatan PPM FISIP UNTAG Semarang adalah untuk memberikan sosialisasi tentang kesehatan yang dilanjutkan dengan kegiatan pemeriksaan kesehatan meliputi penimbangan berat badan, pengukuran tensi, pengukuran saturasi, pengukuran gula darah, asam urat dan kolesterol. Kegiatan tersebut bersifat preventif karena dengan adanya pemeriksaan berkala yang rutin dilakukan akan mempengaruhi kualitas hidup dan mengurangi resiko terjadinya komplikasi. Hal tersebut dapat diatasi apabila lansia memiliki pengetahuan dan kemampuan yang baik untuk melakukan perawatan mandiri terhadap penyakitnya. Oleh sebab itu sebagai kader kesehatan perlu memberikan informasi yang jelas dan akurat kepada masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh (Abiyoga, 2020). Pemeriksaan kesehatan seyogyanya dilakukan secara rutin agar hasilnya dapat maksimal.

C. Ketersediaan alat-alat kesehatan

Pemeriksaan kesehatan adalah kegiatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Skrining awal pemeriksaan kesehatan adalah pemeriksaan tekanan darah, saturasi, gula darah, asam urat dan kolesterol yang diperlukan untuk menentukan faktor kesehatan seseorang. Oleh sebab itu untuk mendukung pemeriksaan kesehatan ini maka harus tersedia alat-alat kesehatan yang digunakan untuk melakukan pemeriksaan tersebut. Pada kegiatan PPM FISIP UNTAG Semarang memberikan bantuan alat-alat kesehatan kepada kader kesehatan lansia GKJ Jatingaleh Semarang yaitu alat pemeriksaan tensi, alat pemeriksaan saturasi, alat pemeriksaan gula darah, asam urat dan kolesterol serta alat penimbang berat badan.



KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan PPM ini dapat disimpulkan bahwa Pelaksanaan PPM di GKJ Jatingaleh Semarang berjalan lancar, Terbentuknya kader Kesehatan GKJ Jatingaleh Semarang untuk membantu meningkatkan derajat kesehatan Lansia mencapai kondisi yang sehat, mandiri, aktif dan produktif. Tersedianya alat-alat medis sederhana sebagai penunjang kesehatan lansia GKJ Jatingaleh Semarang. Hasil dari pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di GKJ Jatingaleh Semarang mempunyai keluhan pada masalah tensi darah serta gula darah. Namun demikian sebagian besar mencapai angka 130-150, hanya ada 2 orang yang mempunyai tensi sampai dengan lebih dari 180/100. Untuk gula darah rata-rata mereka ada di angka 150-200, Berat badan normal tidak ada yang obesitas, saturasi bagus semua rata-rata dikisaran 95-99, asam urat dikisaran 6-8 dan kolesterol pada angka 120 – 200.

Sedangkan sebagai rekomendasi adalah Setelah dilakukan pembentukan kader kesehatan Lansia GKJ Jatingaleh Semarang maka diharapkan akan dilanjutkan dengan kegiatan rutin seperti yang sudah direncanakan oleh Kader kesehatan tersebut pada saat terbentuknya kader kesehatan tersebut yaitu Pemeriksaan darah rutin dan penimbangan Berat badan setiap sebulan sekali pada jumat minggu pertama. Pendidikan kesehatan tentang bagaimana hidup sehat di masa lansia yang diselenggarakan setiap sebulan sekali pada minggu kedua. Kegiatan ini bisa dilakukan dengan mengundang tenaga medis dari RS ataupun dari kader kesehatan sendiri. Bekerja sama dengan Perguruan Tinggi untuk melakukan sosialisasi tentang kesehatan lansia .

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kegiatan PPM ini dapat terlaksana berkat dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini, kami mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Drs. Suparno, M.Si selaku Rektor UNTAG Semarang
2. Dr. Dra. Rini Werdiningsih, MS selaku Dekan FISIP UNTAG Semarang
3. Pendeta Sugeng Mulyanto, S.Pak, M.A. selaku pendeta GKJ Jatingaleh Semarang
4. Bapak Jono selaku sekretaris Majelis GKJ Jatingaleh Semarang.
5. Kader Kesehatan GKJ Jatingaleh Semarang beserta warga Lansia GKJ Jatingaleh Semarang.
6. Berbagai pihak yang tidak kami sebutkan satu persatu yang telah membantu terselesainya kegiatan PPM ini.

Daftar Pustaka

- Rohaedi, Slamet. 2016. **Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activies Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi**. Jurnal Pen-didikan Keperawatan Indonesia.
- Susi Susilowati, 2021, **Peran Kader Kesehatan Terhadap Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) di Wilayah Kelurahan Kalibaru Kecamatan Cilincing Jakarta Utara tahun 2018**, Berdikari : Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia 2021. Vol. 4 No1, 10-29, doi: 10.11594/BJPMI.04.01.2
- Bappenas RI, Makalah tentang **Perindungan Sosial Lanjut Usia**, Makalah Paparan di Universitas Indonesia, Depok 27 Mei 2015.
- Kementerian Kesehatan, **Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2015 - 2019**, Penerbit : Kemenkes RI, Jakarta, 2015.
- Rahmad Purwanto W, **Pentingnya Kesejahteraan Lanjut Usia**, Mimbar Adminitrasi, FISP UNTAG semarang, Oktober 2020.
- The Prakarsa, **Langkah Dini Antisipasi Ledakan Populasi Lansia**, Penerbit : Prakarsa, Jakarta, 2019.
- The Prakarsa, **Materi Diskusi Publik tentang Pemenuhan Hak-hak Lansia untuk Hidup Setara, Sejahteraan Bermartabat**, Penerbit : Prakarsa, Jakarta, 2019.
- _____, **Profil GKJ Jatingaleh. Kecamatan Candisari**, Kota Semarang, GKJ Kramas, 2021.
- _____, **Rencana Aksi Peningkatan Kesehatan Paguyuban Lansia GKJ Jatingaleh Tahun 2018 - 2024**, GKJ Jatingaleh 2019.
- Peraturan Perundangan**
- Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang **Kesejahteraan Lanjut Usia**. Sekretariat Negara RI, Jakarta, 1998.
- Peraturan Presiden Nomor 18 Tahun 2020 tentang **Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2020 - 2024**.
- Perda Jawa Tengah Nomor 5 tahun 2019 tentang **Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Tahun 2018 – 2023**.
- Perda Kota Semarang Nomor 5 tahun 2021 tentang **Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Tahun 2021 – 2026**.