



KABUPATEN LAMONGAN

INOVASI

SEHATI LANSIA (Sehat sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia)

**PEDOMAN TEKNIS PELAKSANAAN
INOVASI DAERAH**

INOVASI

SEHATI LANSIA (Sehat sejahtera Bahagia Melaui Posbindu Lansia)

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan masalah yang umum terjadi pada usia lanjut (lansia) seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung koroner, stroke, penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), penyakit neurodegeneratif (seperti alzheimer), dan kanker. Peningkatan angka prevalensi penyakit tidak menular pada lansia terjadi seiring dengan meningkatnya faktor risiko yang disebabkan oleh penambahan usia (penuaan), berkurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, merokok, dan konsumsi alkohol.

Menurut WHO (*World Health Organization*), penyakit tidak menular adalah penyakit kronis yang tidak bisa ditularkan dari satu orang ke orang lain dan cenderung berkembang dalam waktu yang lama. Penyakit-penyakit ini seringkali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, namun dapat menyebabkan komplikasi serius yang mengancam jiwa jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, munculnya manifestasi klinis dari penyakit tidak menular sering terjadi pada usia lanjut, seiring dengan proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi organ tubuh.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka diperlukan upaya untuk menurunkan prevalensi penyakit tidak menular pada lansia, antara lain adalah mengontrol gaya hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi adanya suatu penyakit pada lansia. Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat primer, upaya yang dapat dilakukan oleh puskesmas adalah melakukan skrining atau deteksi dini penyakit tidak menular untuk menurunkan angka kasus yang terjadi di wilayah kerja.

Langkah awal yang dapat dilakukan sebagai upaya menurunkan angka prevalensi penyakit tidak menular pada lansia adalah melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan memberikan edukasi untuk tetap hidup sehat karena secara fisik kebugaran lansia sudah menurun. Dengan adanya pemeriksaan kesehatan secara rutin seperti pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolesterol, dan asam urat dapat menjadi alat untuk memantau kondisi kesehatan lansia dan apabila terdeteksi gejala yang mengarah pada penyakit tidak menular, maka lansia yang bersangkutan akan diarahkan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut di puskesmas.

Puskesmas Moropelang sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesehatan yang komprehensif bagi masyarakat di wilayah kerjanya, termasuk kelompok lanjut usia. Lansia merupakan kelompok yang memerlukan perhatian khusus karena memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan. Dengan jumlah lansia yang terus meningkat, diperlukan pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan dalam upaya peningkatan kesehatan lansia.

Berdasarkan kondisi tersebut, Puskesmas Moropelang menghadirkan inovasi SEHATI LANSIA (Sehat Sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia) sebagai upaya menurunkan angka penyakit tidak menular di wilayah kerja puskesmas. Inovasi ini merupakan pengembangan dari Posbindu Lansia yang sudah ada dengan pendekatan yang lebih partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Melalui inovasi ini, pelayanan kesehatan lansia menjadi lebih terstruktur dan menjangkau seluruh lansia di wilayah kerja Puskesmas Moropelang.

B. TUJUAN

1. Menurunkan Risiko Meningkatnya Angka Penyakit Tidak Menular

Tujuan ini berfokus pada penurunan risiko meningkatnya angka penyakit tidak menular di wilayah kerja puskesmas melalui:

- Deteksi dini penyakit tidak menular pada lansia
- Pemeriksaan kesehatan secara rutin dan berkala
- Pemantauan kondisi kesehatan lansia secara berkesinambungan
- Penanganan dini terhadap gejala penyakit tidak menular

2. Memberikan Inovasi Pelayanan Terbaik kepada Masyarakat

Tujuan ini bertujuan untuk memberikan inovasi pelayanan terbaik kepada masyarakat melalui:

- Pelayanan kesehatan yang mudah diakses oleh lansia
- Pendekatan yang humanis dan ramah lansia
- Keterlibatan aktif kader kesehatan dan masyarakat
- Peningkatan kualitas hidup lansia

3. Meningkatkan Tingkat Kesehatan di Kabupaten Lamongan

Tujuan ini berupaya meningkatkan tingkat kesehatan di Kabupaten Lamongan melalui:

- Peningkatan derajat kesehatan dan kualitas hidup masyarakat
- Peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan pemberdayaan

- Edukasi dan ajakan untuk menjaga pola hidup sehat
- Pemeriksaan kesehatan secara rutin

C. MANFAAT

1. Menjadi Langkah Awal dalam Deteksi Penyakit Tidak Menular

- Deteksi dini penyakit tidak menular pada lansia melalui skrining rutin
- Pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolesterol, dan asam urat secara berkala
- Pemantauan kondisi kesehatan lansia secara terstruktur
- Rujukan dini ke puskesmas jika ditemukan gejala penyakit

2. Menurunkan Risiko Meningkatnya Angka Penyakit Tidak Menular

- Pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular pada lansia
- Intervensi dini untuk mencegah komplikasi
- Peningkatan kesadaran lansia akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin
- Pengurangan angka kesakitan akibat penyakit tidak menular

3. Memberikan Edukasi dan Ajakan Pola Hidup Sehat

- Edukasi tentang pentingnya pola hidup sehat bagi lansia
- Ajakan untuk melakukan aktivitas fisik ringan seperti senam lansia
- Sosialisasi tentang gizi seimbang untuk lansia
- Peningkatan pengetahuan lansia tentang kesehatan

4. Meningkatkan Derajat Kesehatan dan Kualitas Hidup Masyarakat

- Peningkatan kesehatan fisik dan mental lansia
- Peningkatan kemandirian lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari
- Pengurangan stres dan kecemasan pada lansia
- Meningkatnya interaksi sosial antar lansia

5. Meningkatkan Partisipasi Masyarakat dalam Kegiatan Pemberdayaan

- Keterlibatan aktif kader kesehatan dalam pelayanan
- Partisipasi masyarakat dalam kegiatan posbindu lansia
- Penguatan peran keluarga dalam perawatan lansia
- Meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan lansia

D. KECEPATAN PENCIPTAAN INOVASI DAERAH

Inovasi SEHATI LANSIA hadir sebagai respons cepat terhadap kebutuhan pelayanan kesehatan yang komprehensif bagi lanjut usia di wilayah kerja Puskesmas Moropelang. Proses penciptaannya dilakukan secara efisien dengan memanfaatkan sumber daya dan infrastruktur yang sudah tersedia. Kecepatan penciptaan inovasi ini ditandai oleh beberapa aspek utama:

1. Identifikasi Masalah yang Cepat dan Relevan

Puskesmas Moropelang dengan cepat mengidentifikasi bahwa prevalensi penyakit tidak menular pada lansia terus meningkat seiring dengan pertambahan usia, berkurangnya aktivitas fisik, dan pola makan tidak sehat. Kebutuhan akan deteksi dini dan pemantauan kesehatan lansia secara rutin menjadi prioritas yang mendesak untuk ditangani.

2. Pemanfaatan Infrastruktur dan Sumber Daya yang Tersedia

SEHATI LANSIA dirancang dengan memanfaatkan infrastruktur dan sumber daya yang sudah tersedia:

- Posbindu Lansia yang sudah ada di desa-desa
- Kader kesehatan yang telah terlatih
- Tenaga kesehatan puskesmas
- Jaringan pemerintah desa/kelurahan dan tokoh masyarakat

3. Pendekatan Partisipatif dan Kolaboratif

Inovasi ini dikembangkan dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan seluruh pemangku kepentingan:

- Kolaborasi lintas sektor (puskesmas, pemerintah desa, tokoh masyarakat)
- Penguatan peran kader kesehatan
- Integrasi layanan kesehatan
- Keterlibatan aktif masyarakat

4. Penguatan Kapasitas dan Layanan yang Berkelanjutan

SEHATI LANSIA menerapkan strategi penguatan kapasitas melalui:

- Pelatihan secara berkala bagi kader posbindu
- Penyegaran dan pembinaan rutin
- Kunjungan rumah atau layanan keliling bagi lansia dengan keterbatasan gerak
- Kombinasi pemeriksaan kesehatan dengan kegiatan fisik ringan seperti senam lansia

5. Respons Cepat terhadap Kebutuhan Lansia

Inovasi ini dirancang fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan lansia di setiap desa. Pelaksanaan skrining dilakukan sekali setiap bulannya dengan jadwal bergantian untuk seluruh desa, memastikan bahwa semua lansia di wilayah kerja mendapatkan akses pelayanan kesehatan secara merata.

Secara keseluruhan, SEHATI LANSIA menunjukkan bahwa inovasi di bidang pelayanan kesehatan lansia tidak selalu memerlukan waktu lama atau biaya besar untuk diwujudkan. Dengan kreativitas, pemanfaatan sumber daya yang tersedia, pendekatan partisipatif, dan penguatan kapasitas yang berkelanjutan, proses penciptaan inovasi dapat dilakukan secara cepat, tepat sasaran, dan berdampak nyata bagi peningkatan kualitas kesehatan lansia di Kabupaten Lamongan.

BAB II

KERANGKA BERPIKIR

A. KEBAHARUAN

Inovasi SEHATI LANSIA (Sehat Sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia) menghadirkan kebaruan dalam pengembangan pelayanan publik, khususnya bidang kesehatan lansia. Keunggulan utama dari inovasi ini terletak pada pendekatannya yang partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Beberapa bentuk kebaruannya meliputi:

1. Pendekatan Partisipatif dan Kontekstual

SEHATI LANSIA dikembangkan dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan seluruh pemangku kepentingan, termasuk lansia, keluarga, kader kesehatan, dan masyarakat. Pendekatan kontekstual memastikan bahwa pelayanan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan kondisi spesifik lansia di setiap desa.

2. Pengembangan Posbindu Lansia yang Terintegrasi

SEHATI LANSIA merupakan pengembangan dari Posbindu Lansia yang sudah ada dengan pendekatan yang lebih terintegrasi:

- Pemeriksaan kesehatan yang komprehensif (tekanan darah, gula darah, kolesterol, asam urat)
- Edukasi kesehatan dan pola hidup sehat
- Senam lansia sebagai aktivitas fisik ringan
- Kunjungan rumah bagi lansia dengan keterbatasan gerak

3. Penjadwalan yang Sistematis dan Merata

Inovasi ini menerapkan penjadwalan yang sistematis dengan:

- Pelaksanaan skrining sekali setiap bulan
- Jadwal bergantian untuk seluruh desa di wilayah kerja
- Informasi yang disebarakan melalui media sosial dan langsung oleh bidan/kader
- Cakupan pelayanan yang merata bagi seluruh lansia

4. Penguatan Peran Kader dan Masyarakat

SEHATI LANSIA memperkuat peran kader dan masyarakat melalui:

- Pelatihan secara berkala bagi kader posbindu
- Penyegaran dan pembinaan rutin

- Keterlibatan aktif dalam perencanaan dan pelaksanaan
- Peningkatan kapasitas dalam deteksi dini penyakit

5. Perbandingan Kondisi Sebelum dan Sesudah Inovasi

Indikator/Aspek	Sebelum Ada Inovasi	Sesudah Ada Inovasi (SEHATI LANSIA)
Pendekatan Pelayanan	Pasif (lansia datang ke puskesmas)	Aktif (menjangkau lansia di desa)
Keterlibatan Kader	Terbatas	Aktif dan terlatih
Cakupan Pelayanan	Tidak merata	Merata di seluruh desa
Jenis Pemeriksaan	Terbatas	Komprehensif (TD, gula darah, kolesterol, asam urat)
Kegiatan Fisik	Tidak terprogram	Senam lansia terprogram
Pendampingan Lansia	Minimal	Intensif (kunjungan rumah untuk yang terbatas gerak)

B. DESAIN INOVASI

Desain inovasi SEHATI LANSIA (Sehat Sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia) dirancang sebagai upaya strategis untuk meningkatkan kesehatan lanjut usia melalui pendekatan yang partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Inovasi ini menggabungkan deteksi dini penyakit, edukasi kesehatan, dan aktivitas fisik dalam satu paket pelayanan yang terintegrasi. Desain SEHATI LANSIA mencakup beberapa komponen utama:

1. Pendekatan Pelayanan

a. Pendekatan Partisipatif:

- Keterlibatan lansia, keluarga, kader, dan masyarakat

- Perencanaan bersama antara puskesmas dan masyarakat
- Evaluasi partisipatif untuk perbaikan berkelanjutan

b. Pendekatan Kontekstual:

- Pelayanan disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi setiap desa
- Penjadwalan yang fleksibel dan bergantian
- Metode komunikasi yang sesuai dengan karakteristik lansia

2. Jenis Pelayanan

a. Pemeriksaan Kesehatan:

- Pengukuran tinggi badan dan berat badan
- Pemeriksaan tekanan darah
- Pemeriksaan laboratorium dasar (gula darah, kolesterol, asam urat)
- Pemeriksaan fisik sederhana

b. Edukasi Kesehatan:

- Edukasi tentang penyakit tidak menular
- Sosialisasi pola hidup sehat
- Informasi tentang gizi seimbang untuk lansia
- Edukasi tentang pentingnya aktivitas fisik

c. Aktivitas Fisik:

- Senam lansia secara terprogram
- Aktivitas fisik ringan yang sesuai dengan kemampuan lansia
- Sosialisasi tentang pentingnya bergerak aktif

d. Kunjungan Rumah:

- Layanan keliling bagi lansia dengan keterbatasan gerak
- Pendampingan kesehatan di rumah
- Deteksi dini bagi lansia yang tidak bisa hadir ke posbindu

3. Kolaborasi Lintas Sektor

a. Puskesmas Moropelang:

- Tenaga kesehatan sebagai fasilitator dan pembina
- Koordinasi dan supervisi kegiatan
- Rujukan untuk pemeriksaan lanjutan

b. Pemerintah Desa/Kelurahan:

- Dukungan sarana dan prasarana
- Fasilitasi kegiatan
- Dukungan kebijakan lokal

c. Kader Kesehatan:

- Pelaksanaan kegiatan di lapangan
- Deteksi dini dan pencatatan
- Komunikasi dan edukasi kepada lansia

d. Masyarakat dan Lansia:

- Partisipasi aktif dalam kegiatan
- Penerapan pola hidup sehat
- Dukungan keluarga

4. Alur Pelayanan

Tahap 1: Perencanaan dan Sosialisasi:

- Penentuan jadwal kegiatan di setiap desa
- Sosialisasi kepada lansia melalui kader dan bidan
- Persiapan sarana dan prasarana

Tahap 2: Pelaksanaan Posbindu:

- Pendaftaran dan registrasi lansia
- Pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, gula darah, dll)
- Senam lansia
- Edukasi kesehatan
- Konsultasi dengan tenaga kesehatan

Tahap 3: Evaluasi dan Tindak Lanjut:

- Pencatatan dan pelaporan hasil pemeriksaan
- Identifikasi lansia dengan gejala penyakit
- Rujukan ke puskesmas untuk pemeriksaan lanjutan
- Kunjungan rumah bagi lansia yang membutuhkan

5. Dokumentasi dan Panduan

Untuk memastikan keberlanjutan, SEHATI LANSIA dilengkapi dengan:

- **Panduan pelaksanaan Posbindu Lansia**
- **Standar Operasional Prosedur (SOP) pemeriksaan**

- **Sistem pencatatan dan pelaporan** yang terstruktur
- **Monitoring dan evaluasi** secara berkala

C. PROSES/TAHAPAN PENERAPAN INOVASI

Proses penerapan inovasi SEHATI LANSIA dilaksanakan melalui tahapan yang terstruktur dan sistematis, dimulai dari uji coba dan konsolidasi awal hingga implementasi terbuka dan pematapan layanan. Tahapan ini dirancang untuk memastikan keberhasilan implementasi dan keberlanjutan program.

Tahap 1: Uji Coba dan Konsolidasi Awal

Kegiatan:

1. Identifikasi permasalahan dan kebutuhan pelayanan lansia
2. Analisis data dan pemetaan lansia di wilayah kerja
3. Koordinasi dengan pemerintah desa dan tokoh masyarakat
4. Sosialisasi konsep SEHATI LANSIA kepada kader dan masyarakat
5. Pelatihan kader posbindu
6. Uji coba pelaksanaan di desa percontohan
7. Evaluasi hasil uji coba dan perbaikan

Output:

- Data lansia teridentifikasi
- Kader terlatih
- SOP pelaksanaan tersusun
- Desa percontohan siap

Tahap 2: Penguatan Sistem dan Penyiapan Operasional

Kegiatan:

1. Finalisasi panduan dan SOP pelaksanaan
2. Penentuan jadwal bergilir untuk seluruh desa
3. Persiapan sarana dan prasarana posbindu
4. Sosialisasi jadwal kepada lansia
5. Penguatan koordinasi lintas sektor
6. Persiapan sistem pencatatan dan pelaporan

7. Penyegaran kader secara berkala

Output:

- Panduan dan SOP final
- Jadwal pelaksanaan seluruh desa
- Sarana dan prasarana siap
- Sistem pencatatan siap

Tahap 3: Implementasi Terbuka dan Pemantapan Layanan

Kegiatan:

1. Implementasi SEHATI LANSIA secara penuh di seluruh desa
2. Pelaksanaan posbindu lansia rutin setiap bulan
3. Pemeriksaan kesehatan dan senam lansia
4. Kunjungan rumah bagi lansia dengan keterbatasan gerak
5. Rujukan ke puskesmas untuk lansia dengan gejala penyakit
6. Monitoring dan evaluasi secara berkala
7. Pelaporan dan diseminasi hasil inovasi

Output:

- SEHATI LANSIA beroperasi secara penuh
- Seluruh lansia mendapatkan layanan kesehatan rutin
- Lansia dengan gejala penyakit dirujuk dan ditangani
- Data kesehatan lansia terdokumentasi

D. PROSES INOVASI YANG DIHASILKAN

Proses inovasi yang dihasilkan dari SEHATI LANSIA (Sehat Sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia) dimulai dari identifikasi tantangan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular pada lanjut usia di wilayah kerja Puskesmas Moropelang. Faktor risiko yang disebabkan oleh pertambahan usia, berkurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, dan kurangnya pemeriksaan kesehatan rutin menjadi pendorong utama lahirnya inovasi ini.

Puskesmas Moropelang kemudian menggagas pendekatan terintegrasi melalui pengembangan Posbindu Lansia dengan pendekatan yang lebih partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Inovasi ini mengubah paradigma pelayanan kesehatan lansia dari yang bersifat

pasif (lansia datang ke puskesmas) menjadi aktif (menjangkau lansia di desa-desa). Pendekatan ini memastikan bahwa seluruh lansia di wilayah kerja mendapatkan akses pelayanan kesehatan secara merata.

Melalui proses kolaboratif yang melibatkan puskesmas, pemerintah desa, kader kesehatan, tokoh masyarakat, dan lansia itu sendiri, SEHATI LANSIA dikembangkan dan diimplementasikan secara bertahap. Pelaksanaan skrining dilakukan sekali setiap bulannya dengan jadwal bergantian untuk seluruh desa. Informasi terkait kegiatan disebarakan melalui media sosial dan secara langsung melalui bidan dan kader kesehatan desa.

Dengan pendekatan ini, SEHATI LANSIA mendorong terwujudnya deteksi dini dan pengendalian penyakit tidak menular pada lansia. Lansia mendapatkan pengukuran kesehatan dan pemeriksaan kesehatan seperti pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan pemeriksaan laboratorium dasar. Apabila diketahui terdapat lansia yang menunjukkan gejala penyakit tidak menular, akan diberikan pengobatan sederhana dan jika keluhan berlanjut, akan diarahkan untuk menjalani pemeriksaan lebih lengkap di puskesmas.

Keberlanjutan inovasi dijaga melalui kolaborasi lintas sektor, penguatan peran kader melalui pelatihan dan pembinaan rutin, integrasi layanan kesehatan, serta kunjungan rumah bagi lansia dengan keterbatasan gerak. Ke depan, SEHATI LANSIA direncanakan menjadi program unggulan Puskesmas Moropelang dalam upaya peningkatan kesehatan lansia dan pengendalian penyakit tidak menular, sehingga manfaat yang diberikan dapat semakin luas dirasakan oleh masyarakat, khususnya lanjut usia.

BAB III

PENUTUP

Inovasi SEHATI LANSIA (Sehat Sejahtera Bahagia Melalui Posbindu Lansia) merupakan terobosan kreatif dalam upaya peningkatan kesehatan lanjut usia melalui pendekatan yang partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan. Melalui pengembangan Posbindu Lansia yang terintegrasi, Puskesmas Moropelang telah berhasil menciptakan sistem pelayanan kesehatan yang menjangkau seluruh lansia di wilayah kerja. Inovasi ini mendorong terciptanya deteksi dini dan pengendalian penyakit tidak menular pada lansia, serta peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan lansia.

Dengan pendekatan yang sederhana namun berdampak besar, SEHATI LANSIA telah membuka peluang baru dalam pelayanan kesehatan lansia yang relevan dengan kebutuhan masyarakat. Harapannya, inovasi ini dapat menjadi contoh praktik baik yang dapat direplikasi oleh puskesmas lainnya, serta terus dikembangkan sesuai dengan kebutuhan dan dinamika masyarakat. SEHATI LANSIA bukan hanya sekadar program kesehatan, tetapi juga wujud nyata dari komitmen untuk menciptakan masyarakat lanjut usia yang sehat, sejahtera, dan bahagia. Keberhasilan implementasi SEHATI LANSIA juga tidak lepas dari dukungan berbagai pihak, mulai dari Kepala Puskesmas Moropelang, jajaran puskesmas, pemerintah desa, kader kesehatan, tokoh masyarakat, hingga lansia dan keluarganya yang turut berpartisipasi aktif. Kolaborasi ini menjadi kunci dalam menjaga keberlanjutan inovasi serta memastikan bahwa program yang dilaksanakan tetap relevan dan kontekstual dengan kebutuhan lansia.

Di samping itu, inovasi ini mampu menumbuhkan semangat seluruh pemangku kepentingan untuk terus belajar dan berinovasi dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat. Dengan semangat gotong royong dan kepedulian terhadap kesehatan lansia, SEHATI LANSIA diharapkan mampu menjadi bagian dari transformasi pelayanan kesehatan yang lebih modern, humanis, dan berkelanjutan di Kabupaten Lamongan. Penyakit kronis pada lanjut usia lebih cepat terdeteksi dan dikendalikan, kemandirian lansia lebih kuat, serta keaktifan dan kebahagiaan lansia meningkat menjadi bukti nyata keberhasilan inovasi ini dalam meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraan lansia di Kabupaten Lamongan.



KABUPATEN LAMONGAN