



PEMERINTAH KABUPATEN PADANG PARIAMAN  
DINAS KESEHATAN  
**UPTD.PUSKESMAS KAMPUNG GUCI**



Jalan Simpang Tigo-Korong Sungai Asam  
Kecamatan 2x11 Enam Lingkung Kode Pos 25584  
Telepon. (0751) 675950 E-mail : [hckampungguci@gmail.com](mailto:hckampungguci@gmail.com)

---

**PEDOMAN TEKNIS INOVASI  
KUNCI USIA BERSERI (KAMPUNG GUCI WUJUDKAN LANSIA BERAKTIFITAS  
SETIAP HARI)  
PUSKESMAS KAMPUNG GUCI**

### **A. PENDAHULUAN**

Keadaan masyarakat Indonesia yang beragam sangat dipengaruhi oleh perkembangan masyarakat dari usia dini. Pemerintah telah memperhatikan kelangsungan perkembangan usia dini dengan mengoptimalkan berbagai bentuk pengembangan di usia muda, seperti peningkatan mutu pendidikan, pengembangan pola-pola intelektual, pola Pendidikan moral dan banyak aspek lainnya. Hal ini tentu saja menggembirakan, meskipun tidak bisa menjamin bahwa upaya tersebut dapat meningkatkan kualitas generasi selanjutnya.

Lansia sering dianggap golongan lemah, tetapi sesungguhnya memiliki peran yang berarti bagi masyarakat. Lansia memiliki penalaran moral yang bagus untuk generasi dibawahnya. Lansia memiliki semacam gairah yang tinggi karena secara alami manusia akan cenderung memanfaatkan masa-masa akhirnya secara optimal untuk melakukan pewarisan nilai dan norma. Hal ini justru mempermudah kita untuk membina moral anak-anak.

Menurut WHO, Batasan lanjut usia yaitu: Usia pertengahan (Middle age) yaitu usia antara 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) yaitu antara usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (old) yaitu antara 75-90 tahun dan usia sangat tua diatas 90 an. Wujud dari usaha pemerintah dalam meningkatkan derajat kehidupan dan Kesehatan lansia adalah dicanangkannya pelayanan bagi lansia melalui beberapa jenjang yaitu pelayanan Kesehatan ditingkat masyarakat yaitu posyandu lansia. Pelayanan lansia ditingkat dasar adalah puskesmas dan pelayanan tingkat lanjutan adalah Rumah Sakit.

Dengan demikian, posyandu lansia sangat kita perlukan, dimana posyandu lansia ini dapat membantu lansia sesuai dengan kebutuhannya dan pada lingkungan yang tepat, sehingga para lansia tidak merasa terabaikan didalam masyarakat.

## **B. LATAR BELAKANG**

Kegiatan Kunci Usia Berseri ini dilakukan agar terwujudnya lansia yang sehat dan mandiri. Kelompok usia lansia merupakan golongan orang yang memerlukan perhatian khusus dari keluarga dan lingkungan. Kebanyakan dari mereka secara tidak sadar, tidak mampu memenuhi sendiri kebutuhan akan kesehatannya. Oleh karenanya, para lansia harus tetap mendapatkan pelayanan khusus untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, baik fisik maupun psikologis.

Kegiatan Kunci Usia Berseri dilakukan dengan sasaran para usia lanjut di wilayah kerja Puskesmas Kampung Guci dengan malakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala seperti pengecekan tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan pemeriksaan labor yang diperlukan oleh lansia. Lansia juga diajak dan dipantau aktivitas fisiknya seperti melaksanakan olah raga rutin dan aktivitas sehari-hari yang bermanfaat. Hal ini untuk menjaga kualitas hidup lansia di masyarakat dan dapat membantu lansia yang sesuai dengan kebutuhannya dan pada lingkungan yang tepat, sehingga para lansia tidak merasa lagi terabaikan didalam masyarakat.

## **C. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum.**

Posyandu lansia diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan dan mutu pelayanan usia lanjut sebagai bagian proses deteksi dini dan peningkatan Kesehatan serta pencegahan penyakit lansia agar mencapai masa tua yang Bahagia dan baerdaya guna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan keberadaannya dalam masyarakat.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Meningkatkan kesadaran lansia untuk membina sendiri kesehatannya.
- b. Meningkatkan kemampuan & peran serta masy dlm meningkatkan Kesehatan secara optimal.
- c. Memberikan kemudahan akses bagi lansia dalam mendapatkan pelayanan kesehatan dasar.
- d. Meningkatnya jenis dan mutu pelayanan kesehatan lansia

## **D. KEGIATAN POKOK DAN RINCIAN KEGIATAN**

1. Pemeriksaan aktivitas sehari hari meliputi kegiatan dasar dalam kehidupan sehari hari, makan/minum, berjalan, mandi, berpakaian, naik turun tempat tidur buang air besar dan sebagainya untuk menilai tingkat kemandirian lanjut usia.

2. Pemeriksaan status mental, pemeriksaan ini berhubungan dengan mental emosional
3. Pemeriksaan status gizi melalui penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan dan lingkar perut.
4. Pengukuran Tekanan darah menggunakan tensi meter
5. Pemeriksaan fisik termasuk deteksi dini adanya anemia, gangguan penglihatan dan pendengaran.
6. Pemeriksaan laboratorium sederhana seperti gula darah dan asam urat.
7. Melakukan rujukan ke puskesmas bila mana ada keluhan/ada kelainan pemeriksaan
8. Penyuluhan(konseling) secara perorangan dan Pelayanan Kesehatan Melakukan kunjungan rumah
1. Kegiatan lain. Pemberian makanan tambahan(PMT)

#### **E. CARA MELAKSANAKAN KEGIATAN**

Mekanisme pelaksanaan kegiatan pelayanan kesehatan diposyandu lansia dilakukan dengan menggunakan 5 langkah kegiatan sebagai berikut:

1. Langkah pertama : Pendaftaran peserta posyandu lansia
2. Langkah kedua : Wawancara, penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkar perut, dan penilaian tingkat kemandirian lansia.
3. Langkah ketiga : Pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kesehatan dan status mental emosional serta penilaian resiko jatuh.
4. Langkah keempat : Pemeriksaan laboratorium sederhana seperti gula darah asam urat.
5. Langkah kelima : Melakukan konseling(penyuluhan) pemberian PMT

#### **F. SASARAN POSYANDU LANSIA**

- 1) Sasaran Langsung
  - Kelompok pra usia lanjut (45-59 tahun)
  - Kelompok usia lanjut (60 tahun keatas)
  - Kelompok usia lanjut dengan resiko tinggi (70 tahun keatas)
- 2) Sasaran tidak langsung
  - Keluarga dimana usia lanjut berada
  - Organisasi sosial yang bergerak dalam pembinaan usia lanjut
  - Masyarakat luas

## G. JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan posyandu lansia dilaksanakan setiap bulan di delapan korong yang sudah ditentukan setiap bulannya. (Jadwal terlampir)

No	Nama kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Posyandu	v	V	V	v	V	v	V	v	v	V	v	v
2	Senam Lansia	v	V	V	v	V	v	V	v	v	V	v	v

## H. EVALUASI PELAKSANAAN KEGIATAN

Evaluasi pelaksanaan kegiatan dilakukan tiap satu bulan sekali oleh pelaksana kegiatan bersama penanggung jawab program lansia, selanjutnya dilaporkan kepada kepala puskesmas.

## I. PENCATATAN ,PELAPORAN DAN EVALUASI KEGIATAN

1. Hasil kegiatan dicatat setiap kali sesudah kegiatan
2. Hasil kegiatan didokumentasikan oleh pengelola program
3. Hasil kegiatan di evaluasi dan dilaporkan ke Dinas Kesehatan kabupaten
4. Hasil Evaluasi kegiatan ditindak lanjuti dan disampaikan pada saat lokmin

Sungai Asam, 2 September 2024  
Mengetahui,  
Kepala Puskesmas Kampung Guci



Asnani, S.Tr.Keb  
NIP.19680215 198912 2003