

PENYULUHAN LANSIA SEHAT DAN PRODUKTIF DI POSYANDU LANSIA LESTARI DUSUN II TALANG SEBARIS, KAMPUNG SUKA NEGERI, KECAMATAN GUNUNG LABUHAN, KABUPATEN WAY KANAN, PROVINSI LAMPUNG.

Salwa Afifah^{1,*}, Ernyasih²

¹Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, 15419

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeui, 15419

*E-mail : salwaafifah.sa@gmail.com

ABSTRAK

Keluarga dengan taraf kehidupan rendah termasuk pada golongan lansia dengan potensi sakit yang tinggi dan tidak produktif karena lingkungan keluarga yang berpendidikan rendah. Masyarakat sekarang ini menganggap bahwa lansia itu hanya dapat berada dalam rumah, menikmati hari-harinya dengan hanya bersantai saja tanpa melakukan aktifitas apapun padahal disisi lain kita dapat menemukan fenomena-fenomena dimana lansia dalam menjalani masa-masanya dapat tetap produktif dan berguna bagi orang lain. Pada tahun 2021, sekitar satu dari dua (49,46 persen) lansia masih aktif bekerja. Lapangan usaha pertanian menjadi sektor yang paling banyak menyerap tenaga kerja lansia, yaitu sebesar 53,10 persen. Metode pelaksanaan dalam peningkatan harapan hidup masyarakat yang tergolong lanjut usia pada artikel ini adalah dengan melakukan kunjungan door to door dalam memberikan layanan penyuluhan dan sosialisasi kepada para masyarakat lanjut usia di Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri. Penyuluhan ini bertujuan untuk terus memberikan semangat serta memberikan tips tips hidup sehat di usia lanjut. Karena memang usia lanjut adalah suatu kejadian yang pasti akan dialami oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang, terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun, namun manusia dapat berupaya untuk menghambat kejadiannya.

Kata Kunci: Lansia, Produktif, Penyuluhan, Posyandu

ABSTRACT

Families with a low standard of living are included in the elderly group with a high potential for illness and are unproductive because of the low-educated family environment. Today's society considers that the elderly can only be in the house, enjoying their days by just relaxing without doing any activities, whereas on the other hand we can find phenomena where the elderly in living their times can remain productive and useful for others. In 2021, about one in two (49.46 percent) of the elderly are still actively working. The agricultural sector is the sector that absorbs the most elderly workers, which is 53.10 percent. The implementation method in increasing the life expectancy of the elderly people in this article is to conduct door to door visits in providing counseling and socialization services to the elderly people in Dusun II Talang Sebaris, Suka Negeri Village. This counseling aims to continue to provide enthusiasm and provide tips for healthy living in old age. Because indeed old age is an event that will surely be experienced by everyone who is blessed with a long life, its occurrence cannot be avoided by anyone, but humans can try to prevent its occurrence.

Keywords: Elderly, Productive, Counseling, Integrated Healthcare Center

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, pada Bab I menjelaskan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Nugraheni, 2005). Problematika yang dihadapi orang-orang yang telah lansia sangat khas. Mereka mengalami mengalami penurunan kondisi fisik dan juga masalah psikologis. Pada usia lanjut, seseorang tidak hanya harus menjaga kesehatan fisik tetapi juga menjaga agar kondisi mentalnya dapat menghadapi perubahan-perubahan yang mereka alami. Masyarakat sekarang ini menganggap bahwa lansia itu hanya dapat berada dalam rumah, menikmati hari-harinya dengan hanya bersantai saja tanpa melakukan aktifitas apapun padahal disisi lain kita dapat menemukan fenomena-fenomena dimana lansia dalam menjalani masamasanya dapat tetap produktif dan berguna bagi orang lain. Pada tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari sepuluh persen. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (15,52 persen), Jawa Timur (14,53 persen), Jawa Tengah (14,17 persen), Sulawesi Utara (12,74 persen), Bali (12,71 persen), Sulawesi Selatan (11,24 persen), Lampung (10,22 persen), dan Jawa Barat (10,18 persen). Menurut jenis kelamin, lansia perempuan lebih banyak daripada lansia laki-laki, yaitu 52,32 persen berbanding 47,68 persen. Menurut tempat tinggalnya, lansia di perkotaan lebih banyak daripada di perdesaan, yaitu 53,75 persen berbanding 46,25 persen. Hampir tiga dari sepuluh (29,52 persen) rumah tangga di Indonesia dihuni oleh lansia. Informasi ini sangat penting, mengingat banyak program kesejahteraan lanjut usia yang menggunakan pendekatan rumah tangga, serta lansia yang sangat membutuhkan dukungan orang yang tinggal bersamanya. Hampir tiga dari lima (59,21 persen) lansia bertindak sebagai kepala rumah tangga, yaitu orang yang bertanggungjawab atas kebutuhan sehari-hari rumah tangga. Menurut status tinggal bersama, sekitar satu dari sepuluh (9,99 persen) lansia tinggal sendiri. WHO (1977) menyebutkan bahwa lansia yang hidup sendiri sebagai kelompok berisiko yang membutuhkan perhatian khusus (Ilfie dkk, 1992). Tingkat pendidikan lansia dapat mempengaruhi tingkat

kesejahteraan dan kemampuannya untuk mengakses informasi dan hidup secara mandiri (the Prakarsa, 2020). Pada tahun 2021, sebanyak 32,33 persen lansia yang tamat SD/ sederajat dan 30,94 persen yang tamat SMP/ sederajat, serta 81,72 persen lansia yang dapat membaca dan menulis. Angka rata-rata lama sekolah lansia adalah 5,14 tahun, atau setara dengan pernah duduk di kelas 5 SD/ sederajat. Kesejahteraan lansia dapat dicerminkan melalui kondisi kesehatannya. Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (UU Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan). Pada tahun 2021, sebanyak 42,22 persen lansia pernah mengalami keluhan kesehatan dalam sebulan terakhir, separuh di antaranya (22,48 persen) terganggu aktivitasnya sehari-hari atau sakit. Sekitar 81,08 persen lansia mengobati sendiri keluhan kesehatan yang dialaminya dan 45,42 persen yang berobat jalan.

Lansia potensial adalah penduduk lanjut usia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang dan/atau jasa (UU Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia). Pada tahun 2021, sekitar satu dari dua (49,46 persen) lansia masih aktif bekerja. Lapangan usaha pertanian menjadi sektor yang paling banyak menyerap tenaga kerja lansia, yaitu sebesar 53,10 persen. Sekitar enam dari sepuluh lansia bekerja sebagai pemilik usaha, baik yang berusaha sendiri (31,34 persen), berusaha dibantu buruh tidak dibayar (30,76 persen), maupun dibantu buruh dibayar (4,23 persen). Sebanyak 86,02 persen lansia bekerja di sektor informal, yang menjadikannya rentan karena tidak memiliki perlindungan ketenagakerjaan, kontrak pekerjaan, maupun imbalan yang layak. Menurut jam kerja, sekitar satu dari lima (19,54 persen) lansia bekerja secara berlebihan, yaitu jumlah jam kerja yang lebih dari 48 jam dalam seminggu. Adapun dari sisi pendapatan, rata-rata penghasilan dari lansia bekerja sebesar 1,34 juta rupiah per bulan, di mana 32,79 persen lansia bekerja yang mendapatkan upah rendah. Lansia potensial yang produktif dapat meningkatkan kesejahteraannya dan memberikan sumbangan bagi perekonomian negara.

Posyandu lansia lestari yang digunakan dalam penyuluhan ini merupakan salah satu

Posyandu Lansia aktif di Dusun II Talang Sebaris, Kampung Suka Negeri, Kecamatan Gunung Labuhan, Kabupaten Way Kanan, Provinsi Lampung yang berlangsung tiap 1 bulan sekali. Posyandu lansia menurut UU No. 13 tahun 1998 merupakan wadah pelayanan kepada lansia di masyarakat yang menitikberatkan pelayanan kesehatan, psikologis, rohani, pemenuhan gizi agar lansia dapat memenuhi kebutuhannya dan kesejahteraan sosial yang memadai. Kegiatan posyandu lansia diadakan setiap satu bulan satu kali. Kegiatan yang dilakukan posyandu lansia meliputi a) pelayanan kesehatan agar lansia dapat mengetahui kondisi tubuhnya dan melakukan pencegahan apabila sudah terdapat gejala suatu penyakit. Kegiatan pelayanan kesehatan seperti contohnya pengukuran tinggi dan berat badan, cek tensi darah, dll. yang dilakukan oleh dokter dari puskesmas. b) pelayanan psikologis merupakan pelayanan yang bertujuan untuk membuat psikologis lansia selalu bahagia dan senang sehingga selalu percaya diri, dan tidak merasa takut, stress, dan depresi agar tidak mudah sakit. c) pelayanan rohani adalah pemberian bimbingan rohani yang dilakukan dengan sistem tutor sebaya. d) pelayanan pemenuhan gizi yaitu dengan pemberian makanan dan minuman tambahan kepada lansia. Pelayanan yang dilakukan oleh posyandu lansia dilakukan agar para lansia merasa mendapat penghargaan oleh orang-orang di sekitarnya dan dapat menerapkan prinsip kemandirian (Self-reliance) agar terbebas dari sifat ketergantungan.

KKN sosialisasi lansia produktif bersama posyandu lansia ini membawa manfaat bagi masyarakat khususnya lansia. Tujuan umum kebijakan pelayanan kesehatan lansia adalah meningkatkan derajat kesehatan lansia untuk mencapai lansia sehat, mandiri, aktif, produktif dan berdaya guna bagi keluarga dan masyarakat. Manfaat lainnya yaitu seperti meningkatkan kesadaran para usia lanjut untuk membina sendiri kesehatannya, baik kesehatan fisik dan psikologis, meningkatkan harga diri dan kualitas hidup sehingga merasa bermartabat, menjadikan para lansia lebih produktif dan percaya diri dalam menghadapi masa tua, serta meningkatkan komunikasi antar masyarakat usia lanjut, Posyandu ini menjadi sarana lansia untuk bisa lebih meningkatkan interaksi sosial dengan sesamanya yang diharapkan dapat memperbaiki kondisi

psikologisnya. Bagi keluarga lansia juga bermanfaat agar mengurangi beban keluarga, meningkatkan hubungan dan ketahanan keluarga.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan KKN UMJ Tahun 2022 ini bertempat di Lampung pada tanggal 11 Agustus 2022. Metode yang digunakan pada pelaksanaan peningkatan harapan hidup masyarakat yang tergolong lanjut usia di lapangan dengan melakukan kunjungan door to door dalam memberikan layanan penyuluhan dan sosialisasi kepada para masyarakat lanjut usia di Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri yang di dampingi oleh bidan dari UPT Puskesmas Gunung Labuhan. Disini lansia dikumpulkan di balai posyandu dalam memperoleh layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan motivasi diri penduduk yang tergolong lanjut usia (lansia). Layanan diberikan dengan menggunakan strategi bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individual; (b) memperoleh layanan kesehatan untuk meningkatkan kesehatan penduduk yang tergolong lanjut usia (lansia). Layanan diberikan dalam bentuk olah raga atau senam, pemeriksaan kesehatan serta kontrol makanan. Dalam pelaksanaannya kegiatan ini dipantau oleh lembaga institusi melalui Dosen Pembimbing Lapangan dengan rencana yang terstruktur dan matang. Hal tersebut dapat dilihat dari berbagai proses kegiatan yang dilakukan oleh panitia, peserta KKN secara kelompok dan tiap individu (prodi) meliputi persiapan hingga laporan ini terselesaikan. Kegiatan-kegiatan tersebut meliputi:

Tahap Persiapan

Pada hakikatnya mata kuliah KKN merupakan mata kuliah yang mengedepankan proses aktualisasi yang baik. Maka dari itu, pelaksanaan kegiatan dalam hal ini menjadi sorotan penting serta merupakan tanggung jawab yang besar bagi mahasiswa KKN dalam menjalankannya. Tahap persiapan awal sebelum melaksanakan KKN adalah mahasiswa semester 6 dan sudah menempuh minimal 110 SKS, kemudian mendaftarkan diri kepada pihak Akademik dan Kemahasiswaan dengan mengumpulkan formulir pendaftaran beserta

biodata diri. Proses persiapan bukan hanya secara materi. Akan tetapi, proses persiapan juga menyangkut kesiapan fisik serta mental yang matang harus dimiliki oleh seluruh mahasiswa yang mengikuti kegiatan KKN.

Persiapan dalam menghadapi kegiatan KKN ini berpengaruh terhadap perkembangan identitas pendidikan bangsa. Persiapan untuk pelaksanaan KKN, mahasiswa secara mandiri melakukan observasi ke daerah setempat guna memahami struktur pendidikan dan memahami kebutuhan yang ada di wilayah Jakarta Selatan. Untuk itulah pada tahap persiapan sebelum pelaksanaan kegiatan memiliki beberapa tahapan, yaitu:

- **Pembekalan dari Kampus**

Peserta mendapat sosialisasi mata kuliah KKN secara teknis penyelenggaraan dengan pembahasan mengenai kegiatan KKN, materi persiapan, jadwal KKN, dan pendekatan sosial. Pembekalan berlangsung 1 kali pertemuan yang dilaksanakan pada 28 Juni 2022 oleh lembaga LPP dan 1 kali pertemuan pembukaan KKN dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2022 yang dilakukan secara daring melalui zoom meeting dan youtube. Pembekalan diadakan dengan tujuan agar mahasiswa KKN dapat mengetahui situasi, kondisi, teknis kegiatan, serta alternative program kerja KKN masa new normal ini sebelum KKN dimulai.

- **Survei Mandiri**

Setelah adanya tahap pembekalan dari Institut, seluruh mahasiswa KKN diberi kebebasan untuk memilih apakah akan melakukan KKN secara individu atau berkelompok dengan anggota maksimal 3 orang dengan tidak ada keharusan perbedaan program studi. Setelah itu, peserta melakukan survei mandiri, terjun ke lapangan guna mengetahui lebih jelas dan detail mengenai keadaan di lokasi KKN, dengan begitu mahasiswa KKN dapat menentukan permasalahan dan menyusun rencana program kerja.

Tahap Pelaksanaan dan Jalannya Kegiatan

Adapun teknis pelaksanaannya yaitu :

- Menyiapkan alat
- Pengisian daftar hadir oleh peserta
- Sosialisasi Kesehatan oleh bidan dari UPT Puskesmas Gunung Labuhan

- Penyuluhan oleh mahasiswa KKN
- Sesi tanya jawab
- Pembagian benih tanaman
- Pengisian survey kepuasan oleh mitra
- Foto bersama

3. HASIL PENGABDIAN MASYARAKAT

Lanjut usia (lansia) merupakan periode akhir dari rentang kehidupan manusia. Menghadapi periode ini sebagian lansia melewati hidupnya bersama keluarga, ada juga yang hidup sendiri karena pasangan hidup mereka sudah meninggal atau juga tidak punya sanak saudara sama sekali. Melewati masa ini, lansia memiliki kesempatan untuk berkembang mencapai pribadi yang lebih baik dan semakin matang. Lansia masih dapat mengembangkan diri dan berkreasi sesuai dengan minat mereka. Lansia dapat melakukan sesuatu yang berarti untuk diri mereka sendiri dan orang lain. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, pada Bab I menjelaskan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Nugraheni, 2005). Secara lebih rinci menurut Setyonegoro (dalam Subhankadir, 2007) pengelompokan lansia sebagai berikut: lansia (geriatric age) lebih dari 65 tahun atau 70 tahun, young old (70-75 tahun), old (75-80 tahun), very old (lebih dari 80).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Posyandu Lansia Dusun II Talang Sebaris, Kampung Suka Negeri. Kampung Suka Negeri adalah salah satu Kampung yang berada di Kecamatan Gunung Labuhan, Kabupaten Way Kanan, Provinsi Lampung. Berdasarkan data BPS Kabupaten Way Kanan, jumlah penduduk di Kecamatan Gunung Labuhan pada tahun 2019 adalah 29.908 jiwa. Luas wilayah Desa Suka Negeri adalah seluas 1.209 ha dengan presentase 4,5% serta terdiri dari 13 RT dan 8 RW. Jumlah penduduk di Kampung Suka Negeri adalah 2.831 jiwa terdiri dari 1.392 laki-laki dan 1.439 perempuan serta memiliki 720 kepala keluarga. Mayoritas suku di Kampung Suka Negeri ini adalah Jawa dan ada juga yang bersuku Ogan dan Lampung. Profesi Warga Kampung Suka Negeri ini sebagian besar adalah petani karena menurut data BPS Way Kanan, dari 720

keluarga, 713nya merupakan keluarga petani. Kampung Suka Negeri merupakan salah satu kampung yang agamis. Hal ini tercermin dalam kehidupan sehari-hari masyarakat, kegiatan ritual keagamaan masyarakat yang berupa pengajian, berbagai kegiatan rutin, baik itu mingguan atau bulanan berupa pembacaan surat yasin dan tahlil, dan kegiatan sosial keagamaan lainnya. Banyaknya tempat ibadah di Kampung Suka Negeri ini adalah 4 Masjid dan 3 Mushola.

Kondisi perekonomian di Kampung Suka Negeri adalah menengah kebawah. Warga sebagian besar dapat memenuhi kebutuhan sehari-harinya. Sarana Pendidikan di Suka Negeri terdiri dari PAUD yang berjumlah 1, TK 1, dan 2 Sekolah Dasar. Perumahan masyarakat permanen berjumlah 267 rumah, semi permanen 272 rumah, dan sederhana 40 rumah sehingga total keseluruhan adalah 920 rumah. Dalam bidang sarana kesehatan, terdapat 4 posyandu, 1 poskesdes, 2 posyandu lansia, 1 KPKIA, dan 2 posbindu.

Keadaan sosial budaya Kampung Suka Negeri cukup terjaga baik. Masyarakat kampung Suka Negeri selalu bersikap ramah terhadap setiap orang. Selain itu, adanya budaya gotong-royong yang masih tetap terjalin pada warga Kampung Suka Negeri membuat budaya masyarakat ini tetap terjaga. Warga di Kampung Suka Negeri adalah warga yang sangat ramah, menyenangkan, serta mudah beradaptasi. Komunikasi antar warga berjalan dengan sangat baik. Warga dapat membaur dan rukun satu sama lain. Ada beberapa kegiatan yang rutin dilaksanakan di Kampung Suka Negeri seperti yasinan rutin, peringatan Nabi Muhammad SAW, lomba-lomba saat peringatan 17 Agustus. Selain itu di Kampung Suka Negeri memiliki kader-kader lain yang dibentuk oleh jajaran kelurahan/desa, seperti :

1. Pos Pelayanan Terpadu (posyandu), merupakan wadah pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan. Di Kampung Suka Negeri terdapat 4 posyandu, 1 poskesdes, 2 posyandu lansia, 1 KPKIA, dan 2 posbindu.
2. Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), dibentuk untuk bisa membantu berbagai persoalan konkrit pada masyarakat sekitar lingkungan tempat tinggalnya
3. Karang Taruna, Kegiatan yang dilakukan mengembangkan bakat-bakat anak muda yang tinggal dilingkungan tersebut dengan

menjung-jung nilai-nilai yang terdapat pada Pancasila

Peserta kegiatan adalah masyarakat lansia setempat. Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian materi mengenai lansia sehat dan produktif melalui media promosi kesehatan yaitu penyuluhan dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi serta dilakukan pembagian benih tanaman agar lansia bisa produktif. Materi ditampilkan melalui proyektor sehingga peserta bisa melihat materi yang disampaikan oleh narasumber Materi yang disampaikan yaitu terkait kesejahteraan lanjut usia yang memuat pengertian lansia, tips-tips menjadi lansia yang produktif, serta tips-tips hidup sehat di usia lanjut. Penyuluhan ini juga dibantu oleh bidan dari Puskesmas Gunung Labuhan sehingga memuat penjelasan terkait kesehatan lansia. Penyuluhan terkait lansia produktif ini bertujuan untuk memberikan dukungan dan semangat serta agar para lansia dapat mengetahui tips-tips apa saja yang dapat dilakukan agar bisa sehat dan produktif. Setelah materi selesai dipaparkan barulah dibuka sesi tanya jawab kepada peserta yang hadir dalam kegiatan tersebut. Gambar 1, 2, dan 3 adalah foto-foto kegiatan selama pelaksanaan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Penyuluhan kesehatan oleh bidan



Gambar 2. Penyuluhan lansia produktif oleh mahasiswa



Gambar 3. Pembagian benih tanaman

Program kerja yang bertema penyuluhan lansia produktif ini telah berjalan dengan lancar dan peserta yang hadir juga dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Para lansia di posyandu lestari selaku peserta memahami dan mengikuti penyuluhan dengan sangat baik. Dalam penyuluhan lansia produktif ini peserta diberi bibit tanaman agar bisa produktif dan memiliki kegiatan yang bermanfaat. Faktor yang sangat membantu dalam kelancaran semua kegiatan KKN adalah dukungan serta partisipasi masyarakat khususnya para kader dan lansia dari Posyandu Lansia Lestari Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri yang sangat antusias dan aktif terhadap program kegiatan KKN. Walaupun secara umum berjalan lancar, tetapi pasti terdapat hambatan-hambatan kecil yang dapat membuat program berjalan kurang optimal. Tetapi kendala dan hambatan tidak menjadi masalah yang berarti untuk tidak terlaksananya program kerja yang telah disusun. Adapun faktor penghambatnya yaitu proyektor yang ada rusak sehingga butuh waktu yang lama untuk menampilkan materi penyuluhan. Bangunan balai posyandu juga terbilang cukup kecil sehingga peserta harus duduk diluar. Materi dari proyektor kurang jelas karena berada di tempat yang terang.

Selain hambatan tersebut diatas, ada pula beberapa faktor yang sangat membantu dalam melaksanakan program, antara lain :

- a. Adanya semangat kekeluargaan dan kebersamaan dari segenap warga masyarakat khususnya para peserta lansia di Posyandu Lansia Lestari Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri.
- b. Adanya dukungan penuh kerjasama dari perangkat desa seperti, Ketua RW, Ketua RW 01, bidan desa, Ketua Posyandu Lestari, dan perangkat desa lainnya.

- c. Adanya tanggapan yang positif dari masyarakat. Hal itu ditunjukkan dengan antusias dan keaktifan masyarakat dalam berpartisipasi terhadap Program KKN ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah mendukung dan membantu kami selama pengerjaan laporan ini, yang ditujukan kepada Dr. Lusi Andriyani, SIP. M, Si, selaku Ketua Pelaksana kegiatan KKN UMJ 2022 & LPPM UMJ, bu Ernyasih, SKM, MKM, selaku Dosen Pembimbing Lapangan KKN UMJ Kelompok 09 yang telah membimbing, mengarahkan dan meluangkan waktunya dalam proses kegiatan KKN di Dusun II Talang Sebaris Kampung Suka Negeri serta Mitra KKN yaitu Posyandu Lansia Lestari.

DAFTAR PUSTAKA

- Dian Utama Pratiwi Putri, dkk (2020). PENYULUHAN KESEHATAN POLA HIDUP SEHAT PADA LANSIA DI PANTI TRESNA WERDHA NATAR LAMPUNG SELATAN. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*. Universitas Mitra Indonesia. Vol. 3 Hal. 113-118
- Akhmad Purnama (2017). KEGIATAN PRODUKTIF LANJUT USIA DALAM MEWUJUDKAN HIDUP BAHAGIA. *Yogyakarta*. Vol. 41 Hal. 295-304
- Santi Sulandari, dkk (2009). BENTUK-BENTUK PRODUKTIVITAS ORANG LANJUT USIA (LANSIA). *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Vol. 11 No. 1, Mei 2009 : 58-68
- Liena Sofiana & Ar fiani Nur Khusna (2019). Peningkatan Edukasi bagi Lansia Sehat dan Produktif. *Jurnal BERDIKARI*. Yogyakarta. Vol.7 No.2
- Siti Nur Ainiah, dkk (2021). IMPLEMENTASI PROGRAM POSYANDU LANJUT USIA (LANSIA) DI RW I KELURAHAN POLOWIJEN (Studi Kasus Pada Pos Pelayanan Terpadu Lansia Kelurahan Polowijen Kecamatan Blimbing Kota Malang). *Jurnal Inovasi Penelitian*. Universitas Islam Malang.

Vol. 1 No. 12
Pedoman untuk Puskesmas dalam
Penyelenggaraan Kegiatan Kesehatan
Lanjut Usia di Posyandu Lansia (2020).
Jakarta
PEMERINTAH KABUPATEN WAY
KANAN. Sejarah.
<https://www.waykanankab.go.id/>

(diakses 17 Agustus 2022)
Badan Pusat Statistik Kabupaten Way Kanan.
Kecamatan Gunung Labuhan Dalam
Angka2021.[https://waykanankab.bps.go.
id/publication/2021/09/24/6818d1ced8a
a261e04452b1f/kecamatan-gunung-
labuhan-dalam-angka-2021.html](https://waykanankab.bps.go.id/publication/2021/09/24/6818d1ced8a261e04452b1f/kecamatan-gunung-labuhan-dalam-angka-2021.html)
(diakses 16 Agustus 2022)