

IMPLEMENTASI KEBIJAKAN PELAYANAN KESEHATAN LANSIA MELALUI PEMERIKSAAN FUNGSIONAL DI TINGKAT DESA: STUDI DESKRIPTIF DI PURWODADI 13A METRO

AI Um Aniswatun Khasanah¹, Hapy Ardiaviandaru Siamy², Sri Yuliana³, Afif Fairuz A Zain⁴,
Bota Muhammad Akbar⁵, Dhofirul Fadhil Dzil Ikrom Alhazmi⁶, Efraldo Yudistira⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas Muhammadiyah Metro, Metro, Lampung
[Email:anisfisioterapi@gmail.com](mailto:anisfisioterapi@gmail.com)

ABSTRAK

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) menuntut penguatan sistem pelayanan kesehatan yang tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga promotif dan preventif. Salah satu bentuk implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas adalah pemeriksaan fungsional di tingkat desa untuk mendeteksi dini risiko penurunan fungsi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia melalui pemeriksaan fungsional menggunakan **Sit and Reach Test** di Balai Desa Purwodadi 13A Metro. Penelitian ini menggunakan desain **deskriptif kuantitatif** dengan teknik **total sampling** terhadap 14 lansia yang mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan. Variabel yang diamati meliputi karakteristik responden (jenis kelamin, usia, berat badan) serta hasil fleksibilitas otot hamstring dan punggung bawah melalui Sit and Reach Test. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan nilai minimum, maksimum, dan rerata. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan (78,6%) dengan rentang usia 51–77 tahun dan berat badan 48–75 kg. Pemeriksaan Sit and Reach Test memperoleh nilai terendah 9 cm dan tertinggi 20 cm, dengan rerata 14,07 cm. Sebagian besar lansia berada pada kategori fleksibilitas cukup hingga baik, serta lansia perempuan cenderung memiliki nilai fleksibilitas lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Temuan ini menegaskan bahwa pemeriksaan fungsional lansia telah terlaksana sebagai bagian dari implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia di tingkat desa. Pemeriksaan sederhana seperti Sit and Reach Test dapat menjadi indikator penting dalam pelayanan preventif serta dasar perencanaan program lanjutan, seperti senam lansia dan pemantauan kesehatan berkala.

Kata kunci: implementasi kebijakan, pelayanan kesehatan lansia, pemeriksaan fungsional, Sit and Reach Test, kesehatan berbasis desa

“IMPLEMENTATION OF HEALTH SERVICE POLICY FOR OLDER ADULTS THROUGH FUNCTIONAL SCREENING AT THE VILLAGE LEVEL: A DESCRIPTIVE STUDY IN PURWODADI 13A METRO.” ABSTRACT

The increasing number of older adults requires strengthening the healthcare system, not only in curative services but also in promotive and preventive approaches. One form of implementing community-based elderly health service policy is functional assessment at the village level to enable early detection of the risk of physical function decline. This study aims to describe the implementation of elderly healthcare service policy through functional assessment using the Sit and Reach Test at the Purwodadi 13A Metro Village Hall. This research employed a quantitative descriptive design with a total sampling technique involving 14 older adults who participated in the health examination program. The observed variables included respondents' characteristics (gender, age, and body weight) as well as hamstring and lower back flexibility results measured through the Sit and Reach Test. Data were analyzed descriptively using minimum, maximum, and mean values. The results showed that most respondents were female (78.6%), with an age range of 51–77 years and body weight between 48–75 kg. The Sit and Reach Test scores ranged from 9 cm to 20 cm, with a mean value of 14.07 cm. Most older adults were classified as having moderate to good flexibility, and female participants tended to demonstrate higher flexibility scores compared to males. These findings confirm that functional assessment for older adults has been successfully implemented as part of elderly healthcare service policy at the village level. Simple assessments such as the Sit and Reach Test can serve as important indicators in preventive healthcare services and provide a basis for planning follow-up programs, such as elderly exercise sessions and regular health monitoring.

Keywords: policy implementation, elderly healthcare services, functional assessment, Sit and Reach Test, village-based health services

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) merupakan fenomena global yang berdampak signifikan terhadap sistem pelayanan kesehatan. Lansia cenderung mengalami penurunan fungsi fisik, meningkatnya penyakit kronis, serta kebutuhan pelayanan kesehatan yang lebih kompleks. Kondisi ini menuntut kebijakan kesehatan yang tidak hanya berfokus pada pelayanan kuratif, tetapi juga menekankan pendekatan promotif dan preventif guna mempertahankan kemandirian dan kualitas hidup lansia (World Health Organization [WHO], 2015).

Di Indonesia, pelayanan kesehatan lansia telah diatur dalam berbagai kebijakan kesehatan nasional yang menekankan penguatan pelayanan kesehatan primer dan berbasis komunitas. Puskesmas dan pemerintah desa memiliki peran strategis dalam implementasi kebijakan tersebut melalui kegiatan Posyandu Lansia, pemeriksaan kesehatan rutin, serta pemantauan kondisi fungsional lansia. Pelayanan di tingkat desa dinilai lebih mudah diakses dan efektif dalam menjangkau lansia, khususnya di wilayah dengan keterbatasan fasilitas kesehatan rujukan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Salah satu aspek penting dalam pelayanan kesehatan lansia adalah penilaian fungsi gerak sebagai bagian dari deteksi dini risiko disabilitas. Penurunan fleksibilitas otot, khususnya pada otot hamstring dan punggung bawah, dapat memengaruhi postur tubuh, keseimbangan, serta kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Jika tidak terdeteksi sejak dini, kondisi ini dapat meningkatkan risiko jatuh dan ketergantungan, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan beban pembiayaan pelayanan kesehatan (Nelson et al., 2007).

Sit and Reach Test merupakan salah satu instrumen pemeriksaan fungsional yang sederhana, murah, dan mudah diterapkan dalam pelayanan kesehatan berbasis komunitas. Instrumen ini banyak digunakan untuk menilai fleksibilitas otot hamstring dan punggung bawah, serta memiliki validitas yang baik untuk digunakan pada populasi umum, termasuk lansia (Mayorga-Vega et al., 2014). Penggunaan *Sit and Reach Test* di tingkat desa dapat menjadi indikator awal kondisi fungsi gerak lansia sekaligus bukti implementasi pelayanan kesehatan preventif sesuai kebijakan kesehatan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, pemeriksaan fungsional lansia di Balai Desa Purwodadi 13A Metro menjadi bagian penting dalam implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia di tingkat desa. Namun, dokumentasi dan analisis terhadap hasil pemeriksaan tersebut masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia melalui pemeriksaan fungsional menggunakan *Sit and Reach Test* sebagai dasar perencanaan pelayanan kesehatan lansia yang lebih terarah, efektif, dan berkelanjutan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain **deskriptif kuantitatif** yang bertujuan untuk menggambarkan implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia melalui pemeriksaan fungsional di tingkat desa. Pendekatan deskriptif dipilih karena penelitian tidak bertujuan untuk menguji hubungan sebab akibat atau efektivitas intervensi tertentu, melainkan untuk memotret kondisi pelayanan kesehatan lansia sebagaimana dilaksanakan di Balai Desa Purwodadi 13A Metro.

Lokasi penelitian adalah Balai Desa Purwodadi 13A Metro, yang merupakan salah satu titik pelaksanaan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas. Penelitian dilaksanakan pada saat kegiatan pemeriksaan kesehatan lansia yang melibatkan petugas kesehatan dan aparat desa. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan tersebut, dengan jumlah sampel sebanyak 14 orang lansia yang dipilih menggunakan teknik **total sampling**.

Variabel penelitian meliputi karakteristik lansia (jenis kelamin, usia, dan berat badan) serta hasil pemeriksaan fungsional sebagai indikator implementasi pelayanan kesehatan lansia. Pemeriksaan fungsional difokuskan pada pengukuran fleksibilitas otot hamstring dan punggung bawah menggunakan ***Sit and Reach Test***, yang dipilih karena mudah diterapkan dalam pelayanan kesehatan tingkat desa dan sesuai dengan pendekatan promotif-preventif.

Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui pencatatan identitas lansia dan hasil pemeriksaan fisik oleh petugas kesehatan. Pengukuran Sit and Reach Test dilakukan sesuai prosedur standar, yaitu lansia dalam posisi duduk dengan kedua tungkai lurus dan telapak kaki menempel pada alat ukur, kemudian diminta menjangkau ke depan sejauh mungkin. Skor dicatat dalam satuan sentimeter sebagai data kuantitatif. Data yang diperoleh dianalisis secara **deskriptif**, meliputi nilai minimum, maksimum, dan rerata hasil pemeriksaan fungsional lansia. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi dan tabel untuk menggambarkan implementasi pelayanan kesehatan lansia di tingkat desa. Analisis ini diharapkan dapat memberikan gambaran awal yang dapat digunakan sebagai dasar perencanaan dan penguatan kebijakan pelayanan Kesehatan lansia berbasis komunitas.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 14 orang lansia yang mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan di Balai Desa Purwodadi 13A Metro. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 11 orang (78,6%), sedangkan lansia laki-laki berjumlah 3 orang (21,4%). Dominasi partisipasi lansia perempuan menunjukkan bahwa kelompok ini lebih aktif dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas di tingkat desa.

Berdasarkan karakteristik usia, lansia yang mengikuti pemeriksaan berada pada rentang usia 51 hingga 77 tahun. Lansia tertua berusia 77 tahun, sedangkan lansia termuda berusia 51 tahun. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia lanjut awal hingga lanjut, yang merupakan kelompok sasaran utama dalam kebijakan pelayanan kesehatan lansia karena berisiko mengalami penurunan fungsi fisik secara bertahap.

Berat badan lansia yang diperiksa berkisar antara 48 kg hingga 75 kg. Variasi berat badan ini menunjukkan adanya perbedaan kondisi fisik dan status gizi di antara lansia. Data berat badan menjadi informasi pendukung dalam pelayanan kesehatan lansia karena berkaitan dengan kondisi kesehatan umum dan perencanaan program promotif seperti aktivitas fisik dan edukasi gaya hidup sehat.

Hasil pemeriksaan fungsional menggunakan Sit and Reach Test menunjukkan nilai terendah sebesar 9 cm dan nilai tertinggi sebesar 20 cm, dengan nilai rerata sebesar 14,07 cm. Mayoritas lansia memiliki nilai fleksibilitas pada kategori cukup hingga baik. Lansia perempuan secara umum menunjukkan nilai fleksibilitas yang lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki, yang dapat mencerminkan perbedaan karakteristik fisik dan aktivitas harian. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemeriksaan fungsional lansia telah terlaksana sebagai bagian dari implementasi pelayanan kesehatan lansia di tingkat desa. Data yang diperoleh dari kegiatan pemeriksaan ini dapat digunakan sebagai indikator output pelayanan kesehatan preventif serta menjadi dasar bagi puskesmas dan pemerintah desa dalam merencanakan program lanjutan, seperti senam lansia dan pemantauan kesehatan berkala.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemeriksaan fungsional lansia melalui Sit and Reach Test telah terlaksana di tingkat desa sebagai bagian dari implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas. Rentang nilai fleksibilitas sebesar 9–20 cm dengan rerata 14,07 cm menggambarkan bahwa sebagian besar lansia masih memiliki kemampuan fungsi gerak yang cukup hingga baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelayanan kesehatan lansia di Balai Desa Purwodadi 13A Metro telah menjangkau kelompok sasaran utama dan mampu menghasilkan data kesehatan yang relevan untuk perencanaan pelayanan preventif.

Dominasi partisipasi lansia perempuan dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan menunjukkan adanya perbedaan pemanfaatan layanan kesehatan berdasarkan jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyebutkan bahwa perempuan cenderung lebih aktif memanfaatkan pelayanan kesehatan dibandingkan laki-laki, terutama pada pelayanan kesehatan preventif di tingkat komunitas. Dari sudut pandang manajemen pelayanan kesehatan, kondisi ini perlu menjadi perhatian dalam perencanaan strategi peningkatan partisipasi lansia laki-laki agar cakupan pelayanan kesehatan lansia lebih merata.

Rentang usia lansia yang cukup luas, yaitu 51 hingga 77 tahun, menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan lansia di tingkat desa telah mencakup kelompok lansia awal hingga lansia lanjut. Pemeriksaan fungsional pada kelompok usia ini memiliki nilai strategis dalam deteksi dini penurunan fungsi fisik. Semakin dini penurunan fungsi teridentifikasi, semakin besar peluang untuk dilakukan intervensi promotif dan preventif yang dapat menunda terjadinya disabilitas dan ketergantungan, yang pada akhirnya berimplikasi pada efisiensi pembiayaan pelayanan kesehatan.

Hasil Sit and Reach Test yang menunjukkan fleksibilitas cukup hingga baik pada sebagian besar lansia dapat mencerminkan pengaruh aktivitas fisik ringan dan kebiasaan bergerak dalam kehidupan sehari-hari. Dari perspektif kebijakan kesehatan, temuan ini mendukung pentingnya penguatan program aktivitas fisik lansia di tingkat desa, seperti senam lansia dan edukasi gaya hidup aktif. Pemeriksaan fungsional sederhana seperti Sit and Reach Test dapat digunakan sebagai indikator monitoring keberhasilan program tersebut secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa pemeriksaan fungsional lansia di tingkat desa tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin, tetapi juga sebagai instrumen implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia yang efektif. Data yang dihasilkan dapat dimanfaatkan oleh puskesmas dan pemerintah desa dalam pengambilan keputusan, perencanaan program, serta penguatan sistem pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas. Dengan demikian, pemeriksaan fungsional lansia memiliki peran strategis dalam mendukung keberlanjutan sistem pelayanan kesehatan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi kebijakan pelayanan kesehatan lansia melalui pemeriksaan fungsional di Balai Desa Purwodadi 13A Metro telah terlaksana dengan baik. Pemeriksaan fungsional menggunakan Sit and Reach Test mampu memberikan gambaran kondisi fungsi gerak lansia secara sederhana dan terukur. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat fleksibilitas pada kategori cukup hingga baik, dengan nilai rerata sebesar 14,07 cm, yang mengindikasikan bahwa fungsi gerak lansia di wilayah tersebut relatif masih terjaga.

Pelaksanaan pemeriksaan fungsional di tingkat desa mencerminkan keberhasilan pendekatan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas yang menekankan aspek promotif dan preventif. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan primer dan desa memiliki peran strategis dalam deteksi dini penurunan fungsi fisik lansia. Dengan tersedianya data hasil pemeriksaan, pelayanan kesehatan lansia dapat direncanakan secara lebih terarah dan berbasis kebutuhan nyata masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman pelayanan kesehatan lanjut usia di puskesmas*. Kemenkes RI.
2. Kisner, C., & Colby, L. (2018). *Therapeutic exercise: Foundations and techniques* (7th ed.). F. A. Davis Company.
3. Mayorga-Vega, D., Merino-Marban, R., & Viciano, J. (2014). Criterion-related validity of sit-and-reach tests for estimating hamstring and lumbar extensibility: A meta-analysis. *Journal of Sports Science & Medicine*, 13(1),1–14.
4. Nelson, M. E., Rejeski, W. J., Blair, S. N., Duncan, P. W., Judge, J. O., King, A. C., Macera, C. A., & Castaneda-Sceppa, C. (2007). Physical activity and public health in older adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(8), 1435
5. World Health Organization. 2015 *World Report On Ageing and Health*. WHO Press

