

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Posbindu

2.1.1 Pengertian Posbindu

Posbindu lansia merupakan sebuah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat lanjut usia di suatu wilayah tertentu, yang telah disetujui dan didukung oleh masyarakat setempat. Posbindu lansia bertujuan untuk memberikan layanan kesehatan kepada lansia sesuai dengan kebijakan pemerintah untuk meningkatkan pelayanan kesehatan bagi kelompok ini. Penyelenggaraan Posbindu lansia dilakukan melalui program puskesmas dengan melibatkan partisipasi aktif dari lansia, keluarga, tokoh masyarakat, dan organisasi sosial (Kemenkes, 2018).

Menurut pedoman pelaksanaan posyandu lansia yang disusun oleh Komnas Lansia, posyandu lansia, yang saat ini lebih dikenal sebagai posbindu lansia, merupakan sebuah sarana pelayanan bagi lansia dalam masyarakat yang proses pembentukannya dan pelaksanaannya melibatkan partisipasi dari berbagai pihak, termasuk LSM, berbagai sektor pemerintah dan non-pemerintah, swasta, serta organisasi sosial. Fokus pelayanan posyandu lansia adalah pada upaya promotif dan preventif dalam bidang kesehatan (Komnas Lansia, 2018).

Upaya untuk mempermudah akses lansia dalam mendapatkan berbagai layanan, termasuk layanan kesehatan dan layanan lainnya yang diselenggarakan oleh berbagai pihak terkait, adalah suatu langkah yang diupayakan (Komnas Lansia, 2019).

Adapun secara garis besar tujuan pembentukan Posbindu menurut Kemenkes (2018) meliputi:

1. Memperluas cakupan layanan kesehatan bagi lansia dalam masyarakat, dengan tujuan menyusun pelayanan kesehatan yang cocok dengan kebutuhan mereka.

2. Melakukan pendekatan pelayanan yang lebih dekat dan menggalakkan partisipasi masyarakat dan sektor swasta dalam penyediaan layanan kesehatan, sekaligus meningkatkan interaksi antara lansia dalam masyarakat.

2.1.2 Kegiatan Posbindu

Kegiatan Posbindu mencakup layanan kesehatan dan aktivitas lain yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup serta mengatasi tantangan dalam berbagai aspek, seperti kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi.

Kegiatan pemeriksaan dan layanan kesehatan fisik dan kesehatan mental-emosional direkam dan dipantau menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mendeteksi secara dini penyakit atau risiko kesehatan yang mungkin dihadapi.

Adapun jenis kegiatannya menurut Depkes RI (2018) meliputi:

1. Evaluasi aktivitas sehari-hari mencakup kegiatan dasar yang penting untuk kehidupan sehari-hari, seperti makan/minum, berjalan, mandi, berpakaian, naik/turun tempat tidur, buang air besar/kecil, dan kegiatan lainnya.
2. Evaluasi status mental melibatkan penilaian aspek emosional dan mental dengan mengacu pada pedoman metode yang tercantum dalam buku KMS untuk usia lanjut.
3. Penilaian status gizi dilakukan dengan cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, yang kemudian dicatat pada grafik Indeks Massa Tubuh (IMT).
4. Mengukur tekanan darah dengan alat tensimeter dan stetoskop, serta mencatat jumlah denyut nadi selama satu menit.
5. Pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat seperti Talquits, sahli, atau Cuprisulfat.
6. Pemeriksaan kandungan gula dalam urine untuk mendeteksi awal adanya penyakit diabetes melitus.
7. Pemeriksaan kandungan protein (zat putih telur) dalam urine untuk mendeteksi awal adanya penyakit ginjal.
8. Merujuk pasien ke pusat kesehatan masyarakat (puskesmas) apabila ada keluhan atau ditemukan kelainan selama pemeriksaan nomor 1 hingga 7.

9. Penyuluhan dapat dilakukan baik di dalam maupun di luar kelompok, termasuk dalam kunjungan ke rumah dan sesi konseling kesehatan untuk mendukung individu dan kelompok usia lanjut dalam menghadapi masalah kesehatan.
10. Kunjungan ke rumah oleh petugas dan kader untuk anggota kelompok usia lanjut yang tidak bisa datang, sebagai bagian dari kegiatan perawatan kesehatan masyarakat. (Public Health Nursing).

2.2 Pengetahuan

Kecemasan tidak hanya menyebabkan penderitaan emosional, tetapi juga dapat dipicu oleh ketidakpahaman. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk mengatasi kecemasan. Oleh karena itu, setiap wanita yang akan mengalami menopause seharusnya memiliki pemahaman yang memadai tentang kondisi tersebut agar dapat menghadapi masa tersebut dengan lebih tenang dan mengurangi risiko kecemasan yang tidak perlu (Kasdu, 2020).

Berbagai faktor yang memengaruhi pengetahuan meliputi tingkat pendidikan, pengalaman, usia, pekerjaan, pendapatan, dan sumber-sumber informasi yang diakses (Notoatmodjo, 2019).

2.3 Dukungan Suami

Dukungan keluarga, yang termasuk dukungan dari suami, dapat diartikan sebagai bantuan konkret atau nasihat yang diberikan oleh anggota keluarga yang ada di sekitar individu (Gottlieb, 2019). Menurut Cobb dan rekan-rekannya (sebagaimana dikutip dalam Shinta, 2018), pemberian dukungan dalam lingkungan keluarga membuat individu merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan diterima. Dengan demikian, dukungan keluarga adalah bentuk bantuan, baik secara material maupun non-material, yang membuat individu merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan diterima dalam lingkungan keluarga. Dukungan yang diberikan oleh suami dalam konteks kesehatan merupakan salah satu bentuk nyata dari perhatian dan partisipasi suami dalam upaya menjaga kesehatan.

2.4 Perimenopause

2.4.1 Pengertian Perimenopause

Perimenopause yakni periode transisi yang terjadi beberapa tahun menjelang menopause. Pada masa ini, ovarium secara bertahap akan mulai memproduksi estrogen lebih sedikit (Ayuningtyas, 2019:214). Perimenopause adalah masa 4-5 tahun sebelum menopause (Purwoastuti dan Walyani, 2015:157). Tanda-tanda menopause itu sendiri adalah siklus menstruasi yang tidak menentu bahkan bisa jadi menstruasi tidak datang selama beberapa bulan, keadaan ini terjadi karena perubahan hormon di usia 40-an. (Hidayah, 2018:212).

2.4.2 Tanda dan Gejala Perimenopause

1. Secara Fisik

Saat memasuki masa Perimenopause, seseorang dapat merasakan ketidaknyamanan fisik, seperti sensasi kaku dan pegal yang tiba-tiba muncul di berbagai bagian tubuh seperti kepala, leher, dan dada bagian atas. Sensasi kaku ini kadang-kadang disertai dengan rasa panas atau dingin, pusing, kelelahan, iritabilitas, kegelisahan, mudah marah, dan denyut yang cepat (Hurlock, 2019). Beberapa keluhan fisik yang merupakan tanda dan gejala dari Perimenopause yaitu:

- 1) Tanda paling umum dari ketidakaturan siklus haid adalah fluktuasi yang terjadi dalam pola siklus tersebut. Terkadang menstruasi dapat datang tepat waktu, tetapi pada siklus berikutnya tidak. Ketidakaturan ini seringkali disertai dengan volume darah yang lebih banyak dari biasanya, tidak seperti volume pendarahan menstruasi yang normal.
- 2) Sensasi panas yang tiba-tiba atau hot flushes sering muncul ketika volume darah menstruasi mulai berkurang dan berlanjut hingga menstruasi benar-benar berhenti. Hot flushes ini biasanya dimulai di bagian dada, leher, atau wajah, dan dapat menyebar ke bagian tubuh lainnya.

- 3) Jaringan di dalam vagina mengalami perubahan menjadi lebih kering, tipis, dan kurang elastis. Akibatnya, terjadi rasa gatal, panas, dan nyeri saat berhubungan seksual, serta meningkatkan risiko terhadap infeksi pada saluran kemih atau vagina.
- 4) Terjadi penurunan elastisitas jaringan di bawah kulit, menyebabkan kulit menjadi kendur. Otot-otot di bawah kulit juga mengendur, yang dapat menyebabkan penurunan dan kelembutan kulit. Kelenjar-kelenjar kulit kurang berfungsi, sehingga kulit cenderung menjadi kering dan keriput (Anominus, 2018).
- 5) Kesulitan tidur atau insomnia seringkali disertai dengan mimpi-mimpi yang menegangkan.
- 6) Pada masa ini, kemampuan perasa pada mulut wanita mengalami penurunan sensitivitas, sementara beberapa wanita lain mengalami masalah pada gusi dan gigi yang lebih mudah tanggal (Syafaridalam Ade Oeswatun, 2019).
- 7) Terjadi peningkatan berat badan.
- 8) Kelelahan yang umum pada masa ini dapat diperparah oleh pola makan yang tidak teratur. Banyak wanita mengalami peningkatan berat badan pada umumnya ditemukan masa menopause, yang disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak terkontrol, serta kurangnya aktivitas fisik.

2. Secara Psikologis

Beberapa gejala psikologis yang sering muncul selama peri menopause termasuk mudah tersinggung, kelelahan, perasaan tertekan, kecemasan, kesepian, kurang sabar, tegang, dan depresi. Ada juga wanita yang mengalami penurunan harga diri karena merasa kurang menarik secara fisik dan seksual, serta merasa tidak lagi dibutuhkan oleh pasangan dan keluarga mereka. Selain itu, mereka juga bisa merasa kehilangan identitas sebagai wanita karena kehilangan kemampuan reproduksi.

Beberapa keluhan psikologis yang merupakan tanda dan gejala dari peri menopause yaitu:

- 1) Gejala penurunan ingatan umumnya terjadi masa saat wanita mengalami menopause, dimana sebelumnya mereka mungkin mudah mengingat berbagai hal, namun setelah menopause terjadi penurunan kemampuan mengingat, bahkan sering lupa pada hal-hal yang sederhana.
- 2) Wanita yang mengalami peri menopause sering mengalami kecemasan yang terkait dengan kekhawatiran terhadap situasi yang sebelumnya tidak pernah menjadi sumber kekhawatiran bagi mereka.
- 3) Mudah tersinggung menggambarkan perasaan sensitif yang meningkat terhadap sikap dan perilaku orang-orang di sekitar, terutama jika dianggap sebagai sesuatu yang merendahkan yang mengganggu proses penerimaan diri.
- 4) Stres menggambarkan perasaan was-was, kecemasan, dan gelisah.
- 5) Wanita yang mengalami depresi seringkali merasa sedih karena kehilangan kemampuan reproduksi dan merasa kurang menarik (Ade Oeswatun, 2019).

3. Perubahan Organik Peri Menopause

- 1) Vagina mengalami kontraktur, yang merupakan pelemahan otot jaringan, sehingga panjang dan lebarnya mengecil. Atrofi vagina secara perlahan menghilang.
- 2) Serviks atau mulut rahim akan mengecil dan mengkerut sehingga tertutup oleh dinding vagina yang menjadi atrofi.
- 3) Uterus mengalami pengecilan, disebabkan oleh atrofi endometrium dan kehilangan cairan serta perubahan bentuk jaringan ikat intertesial. Serat otot myometrium menjadi lebih tebal, dan pembuluh darah myometrium juga mengalami penebalan dan menonjol.
- 4) Payudara mengalami pengecilan, menjadi lebih datar, dan mengendur. Perubahan ini disebabkan oleh atrofi pada kelenjar

payudara. Puting susu juga mengalami pengecilan dan pigmentasinya menurun.

- 5) Penumpukan lemak atau adipositas tersebar di bagian tubuh seperti paha atas, pinggul, bagian bawah perut, dan lengan atas.
- 6) Penebalan dinding pembuluh darah (aterosklerosis).
- 7) Kondisi kepadatan tulang yang menurun (osteoporosis).

2.4.3 Sarana Dan Prasana

Untuk memperlancar pelaksanaan kegiatan Posyandu Lansia, diperlukan fasilitas seperti tempat kegiatan (baik gedung, ruangan, atau area terbuka), meja dan kursi, peralatan tulis, buku catatan kegiatan (buku register bantu), kit perawatan lansia termasuk timbangan dewasa, meteran, stetoskop, dan tensimeter. Selain itu, Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk lansia serta Buku Pedoman Pemeliharaan Kesehatan (BPPK) bagi lansia juga diperlukan sebagai panduan dalam kegiatan tersebut (Depkes RI, 2018).

Pelaksana Posbindu Lansia terdiri dari kader dan tenaga kesehatan. Kader kesehatan adalah individu dewasa, baik laki-laki maupun perempuan, yang diakui oleh masyarakat sebagai individu yang memiliki keunggulan, seperti prestasi dalam berbagai kegiatan, kemampuan berkomunikasi yang baik, status sosial ekonomi, dan faktor-faktor lainnya (Depkes RI, 2018).

2.4.4 Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

(Depkes RI, 2018) merekomendasikan penggunaan sistem 5 meja (5 tahapan) sebagai mekanisme pelaksanaan kegiatan untuk memberikan pelayanan kesehatan yang optimal kepada lansia dalam kelompok.

1. Tahap Pertama

Pendaftaran anggota kelompok lansia sebagai bagian dari pelaksanaan pelayanan.

2. Tahap Kedua

Pencatatan aktivitas harian yang dilakukan oleh lansia, serta pengukuran berat badan dan tinggi badan.

3. Tahap ketiga

Pengukuran tekanan darah, evaluasi kesehatan, dan penilaian status mental.

4. Tahap Keempat

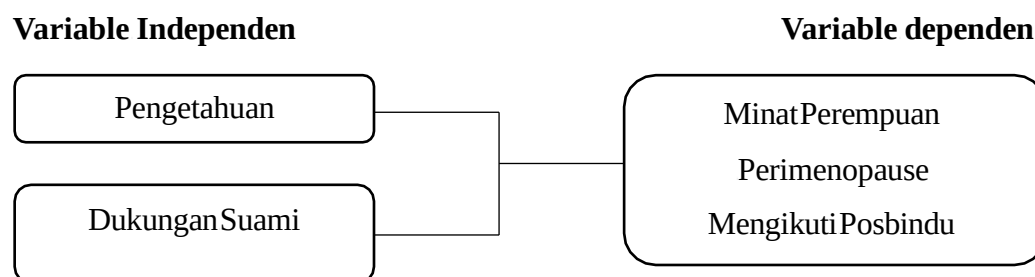
Pemeriksaan urine dan tes darah (metode laboratorium sederhana).

5. Tahap kelima

Memberikan penyuluhan dan sesi konseling.

2.5 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah representasi abstrak dari suatu realitas yang memungkinkan untuk dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan hubungan antara berbagai variabel (baik yang diteliti maupun yang tidak) yang akan mengarah pada hasil penemuan yang sesuai dengan teori yang ada (Nursalam, 2019).



Gambar 2.1 Kerangka Konsep

2.6 Hipotesis Penelitian

2.6.1 Hipotesis Alternatif (Ha)

1. Ada hubungan pengetahuan Perempuan Perimenopause dengan minat mengikuti Posbindu.
2. Ada hubungan dukungan suami Perempuan Perimenopause dengan minat mengikuti posbindu.
3. Ada hubungan dampak dari edukasi lembar balik leaflet terhadap pemahaman ibu perimenopause mengenai kegiatan tentang Posbindu

2.6.2 Hipotesis Nol (Ho)

1. Tidak ada hubungan pengetahuan Perempuan Perimenopause dengan minat mengikuti Posbindu.
2. Tidak ada hubungan dukungan suami Perempuan Perimenopause dengan minat mengikuti Posbindu.
3. Tidak ada hubungan dampak dari edukasi lembar balik leaflet terhadap pemahaman ibu perimenopause mengenai kegiatan tentang Posbindu