

---

**STIKER EDUKASI KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* POSYANDU LANSIA DESA WRINGIN PUTIH KECAMATAN BOROBUDUR KABUPATEN MAGELANG**

<sup>1</sup>Akhmad Liana Amrul Haq, <sup>2</sup>Destri Safitri Yulita <sup>3</sup>Ida Nofiana, <sup>4</sup>Rahmawati Ayu Prihatini

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Magelang

<sup>2</sup>Program Studi Agama Islam Universitas Muhammadiyah Magelang

<sup>3,4</sup>Program Hukum Ekonimi Syari'ah Universitas Muhammadiyah Magelang

email: [akuamrulhaq@ummgl.ac.id](mailto:akuamrulhaq@ummgl.ac.id)

---

**ABSTRAK**

Kesejahteraan psikologis penting untuk dilakukan karena nilai positif berasal dari kesehatan mental didalam diri seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang didalam kehidupannya. Dampak kesejahteraan psikologis terhadap kesehatan dan produktifitas lansia menunjukkan betapa pentingnya kesejahteraan psikologis yang tinggi untuk dimiliki lansia. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Lokasi penelitiannya adalah Dusun Jetis Gayu, Wringinputih, Borobudur. Pengumpulan data penelitian ini didapat dari proses wawancara antara pihak Kepala Dusun Jetis Gayu dan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Magelang. Data yang didapat dari proses wawancara dan observasi akan disajikan secara deskriptif menggunakan kata-kata yang mudah dipahami dan dimengerti. Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa stiker edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan lansia terhadap pentingnya berobat dan memeriksa kesehatan, serta dapat meningkatkan minat lansia terhadap manfaat dan keberadaan posyandu.

**Kata Kunci :**

Stiker,  
*Psychological Well Being*, Lansia,  
Posyandu

---

**ABSTRACT**

*Psychological well-being is important to do because the positive value comes from mental health in a person can identify what is missing in his life. The impact of psychological well-being on the health and productivity of the elderly shows how important high psychological well-being is for the elderly. This study uses a research method. The research location is Jetis Gayu Hamlet, Wringinputih, Borobudur. The collection of research data was obtained from an interview process between the Head of Jetis Gayu Hamlet and students of the Muhammadiyah University of Magelang. The data obtained from the interview and observation processes will be presented descriptively using words that are easy to understand and understand. The results of the study as a whole show that health education stickers can increase the knowledge of the elderly about the importance of seeking treatment and health checks, and can increase the interest of the elderly in the benefits and existence of posyandu.*

**Keywords:**

Sticker,  
*Psychological Well Being*, Elderly,  
Hospital

---

**PENDAHULUAN**

Manusia dalam hidupnya akan mengalami serangkaian perkembangan dengan periode berurutan, mulai dari periode parental hingga lansia. Setiap masa yang dilalui merupakan tahap-tahap yang saling berkaitan dan tidak dapat diulang kembali. Hal yang terjadi di masa awal perkembangan individu, akan memberikan pengaruh terhadap tahap selanjutnya. Salah satu tahap yang akan dilalui oleh individu tersebut adalah masa lanjut usia (lansia).

Menurut Hurlock bahwa masa lansia adalah masa perkembangan terakhir dalam hidup manusia yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikis, dan sosial yang saling berinteraksi satu sama lain.

Secara umum kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lansia mengalami beberapa perubahan, seperti 1) perubahan pada penampilan wajah, tangan, dan kulit, seseorang yang pada masa mudanya dianggap cantik, atau tampan akan merasa kehilangan daya tariknya, 2) perubahan pada bagian dalam tubuh, seperti fungsi otak yang menurun, hati, jantung, dan limpa, 3) perubahan panca indera, seperti penglihatan, penciuman, perasa, dan pendengaran, 4) perubahan seksualitas di dalam performa seksual, dan 5) perubahan motorik antara lain berkurangnya kecepatan, kekuatan, dan belajar keterampilan baru. Kartinah & Sudaryanto di tahun 2008 menyatakan bahwa selain fisik dan psikomotorik, lansia mengalami perubahan psikososial seperti munculnya situasi kematian atau kehilangan pasangan hidup, pengalaman masa lalu, kesehatan atau masalah ekonomi yang berkaitan dengan kepribadian, emosi dan juga kesejahteraan seorang lansia (Yola, 2016).

Wiyono di tahun 2003 berpendapat bahwa meningkatnya jumlah lansia tiap tahunnya, maka tidak menutup kemungkinan timbul permasalahan-permasalahan lainnya yang menyertai perkembangan penduduk tersebut. Secara potensial peningkatan ini dapat menimbulkan permasalahan yang akan mempengaruhi kelompok penduduk lainnya. Secara umum negara yang mempunyai lanjut usia diatas 10% dari populasi, akan mulai menimbulkan masalah sosial, ekonomi dan psikologis (Yola, 2016).

Kesejahteraan psikologis penting untuk dilakukan karena nilai positif berasal dari kesehatan mental didalam diri seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang didalam kehidupannya. Dan selain itu istilah yang dapat digunakan untuk mengetahui kesehatan psikologis seseorang dengan kriteria psikologis positif (Ryff, 1989).

Bastaman menggambarkan bahwa lansia yang hidupnya bermakna adalah yang menerima dirinya serta mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi masa tua. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan lebih merasakan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologis didalam dirinya. Penelitian menurut Edward menyatakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis memiliki kondisi psikologis yang baik. Selain itu penelitian menurut Salami menambahkan pula bahwa kesejahteraan psikologis dapat menimbulkan sikap emosi yang positif dan kebahagiaan. Berdasarkan hal ini, dapat dilihat bahwa kesejahteraan psikologis membawa individu, salah satunya lansia ke dalam kondisi psikologis yang positif dan sehat. Lansia yang merasakan bahwa dirinya gagal dalam menggapai sebuah harapan mereka akan merasa putus asa sehingga muncul kekecewaan dan ketidakbahagiaan (Yola, 2016).

Kesejahteraan psikologis seseorang tidak hanya sebatas bagaimana seseorang mampu menerima keadaan dirinya saja, akan tetapi banyak hal yang dapat mempengaruhinya. Fenomena saat ini yang sering kita lihat di media maupun masyarakat banyak terjadi kasus lansia yang bunuh diri akibat depresi dengan motif yang bermacam-macam. Jawa Pos pada tahun 2013 memberitakan bahwa seorang wanita lanjut usia berumur 67 tahun ditemukan mengakhiri hidupnya dengan gantung diri, diungkapkan tetangga korban bahwa korban tinggal sendiri dan akhir-akhir ini sering melamun. Sedangkan pada Suarakawan tahun 2012 juga terdapat kasus bunuh diri di Kediri pada lansia berusia 95 tahun, akan tetapi motif bunuh diri pada kasus ini dilatar belakangi karena yang bersangkutan mengalami depresi akibat penyakit yang diidapnya bertahun-tahun tidak segera sembuh (Ulfa, 2018).

Melihat masalah-masalah yang potensial, seperti yang sudah dipaparkan diatas, maka perlu diperoleh suatu cara untuk mencegah atau mengurangi beban dari masalah tersebut, untuk mempertahankan harapan hidup pada lansia. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh lansia adalah dengan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi psikologis individu yang sehat, yang ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis positif dalam proses mencapai aktualisasi diri. *Psychological well-being* (PWB) terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (C.D. Ryff L. K., 1995).

Dampak kesejahteraan psikologis terhadap kesehatan dan produktifitas lansia menunjukkan betapa pentingnya kesejahteraan psikologis yang tinggi untuk dimiliki lansia. Tanpa kesejahteraan psikologis yang tinggi, lansia akan cenderung memiliki kesehatan fisik yang buruk, tidak produktif, dan pada akhirnya akan menjadi beban bagi keluarga mereka. Karena itu, merupakan hal yang sangat penting untuk mengetahui faktor yang memengaruhi pembentukan *Psychological well-being* (PWB) lansia. *Psychological well-being* (PWB) lansia tidak terbentuk begitu saja, tetapi terdapat peran lingkungan yang penting terhadapnya. Kesejahteraan psikologis dapat ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala stres (C.D. Ryff H. S., 2006).

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini yang akan di bahas “Bagaimana *Psychological well-being* (PWB) lansia di Dusun Jetis Gayu Desa Wringin Putih Kecamatan Borobudur”.

## **METODE**

Metode Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Metode Penelitian deskriptif kualitatif mempunyai tujuan untuk menggambarkan, melukiskan, menerangkan, menjelaskan dan menjawab secara lebih rinci permasalahan yang akan diteliti dengan mempelajari semaksimal mungkin seorang individu, suatu kelompok atau suatu kejadian. Lokasi penelitiannya adalah Dusun Jetis Gayu, Wringin Putih, Borobudur yang mulai dilaksanakan pada tanggal 07 Januari 2023. Pengumpulan data penelitian ini didapat dari proses wawancara antara pihak warga lansia di dusun tersebut dengan Mahasiswa PPMT. Data yang didapat dari proses wawancara dan observasi akan disajikan secara deskriptif menggunakan kata-kata yang mudah dipahami dan dimengerti.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Ryff menyatakan bahwa *psychological well-being* adalah suatu kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha bereksplorasi dan mengembangkan diri. *Psychological well-being* terdiri dari enam aspek yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positif relation with other*), otonomi/kemandirian (*authonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Havid Ahmad, 2014).

Hasil dari penelitian yang dilakukan kepada 48 orang lansia yang menetap di Dusun Jetis Gayu Wringin Putih Borobudur menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *Psychological Well-Being* dengan cara berobat ke puskesmas atau rumah sakit. Hubungan negatif yang berdampak terhadap lansia, yaitu menimbulkan kecemasan untuk berobat dan periksa kesehatan ke tenaga medis. Elvira & Hadisukanto berpendapat bahwa berdasarkan konsep psikososial kecemasan diakibatkan oleh adanya masalah. Lebih lanjut Stuart & Sundeen's menjelaskan bahwa salah satu yang mempengaruhi kecemasan adalah ancaman terhadap sistem diri yang diakibatkan oleh pandemic *covid-19*. Studi ini menemukan sebagian besar kecemasan pada lansia selama pandemi *covid-19* berada pada tingkat kecemasan sedang (Luthfi Mulya Rizqi, 2019). Sehingga para lansia di Dusun Jetis Gayu mengalami kecemasan yang berlangsung hingga sekarang dan mengakibatkan para lansia enggan untuk berobat ke puskesmas atau rumah sakit.

Melihat keadaan yang ada di Dusun Jetis Gayu Kelompok PPMT kami melakukan pencarian data lansia, melaksanakan posyandu dimana kami bekerjasama dengan puskesmas setempat serta membuatkan sticker yang berisikan prosedur atau tata cara berobat di rumah sakit memakai BPJS maupun tanpa memakai BPJS, didalamnya juga terdapat nomor darurat seperti nomor ambulans, polisi, damkar guna mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan.



Gambar 1. Pencarian Data Lansia

Pencarian data lansia serta pembagian Bantuan Pangan Non Tunai dari Balai Desa yang didampingi oleh Kepala Dusun Jetis Gayu Wringin Putih Borobudur. Pendampingan ini bertujuan untuk mendapatkan data lansia yang tepat sasaran. Dari kegiatan tersebut diperoleh 10 manula (manusia lanjut usia) yang perlu diperhatikan lebih serius dan 38 lansia lain yang masih bisa beraktifitas. Dalam pencarian data lansia dilaksanakan dengan tahap wawancara yang berisi beberapa pertanyaan seperti keluhan apa yang sering dirasakan lansia dan apakah para lansia rutin periksa ke puskesmas. Hal ini menghasilkan data bahwa sebagian besar lansia mengalami kecemasan berlebihan untuk periksa ke puskesmas.



Gambar 2. Posyandu Lansia

Untuk mengatasi kecemasan yang dialami lansia, maka kami bekerjasama dengan Posyandu Lansia yang mana merupakan pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati dan digerakkan oleh masyarakat dimana mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatan, posyandu lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial. Mahasiswa PPMT Dusun Jetis Gayu dalam program pengabdian berupaya menggerakkan Posyandu Lansia setempat agar terciptanya antusias masyarakat untuk berobat. Posyandu sebaiknya tidak terlalu dekat dengan Puskesmas agar pendekatan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat lebih tercapai (Sukma Dewi, 2022). Mahasiswa PPMT berperan untuk mengajak masyarakat khususnya lansia untuk memanfaatkan posyandu karena masyarakat tidak akan memerlukan transportasi jauh dan masyarakat dapat mengecek kesehatan secara konsisten. Selain itu, mahasiswa PPMT juga mengedukasi akan pentingnya BPJS Kesehatan yang dapat mempermudah proses berobat dan dapat menghapus stigma bahwa berobat itu susah dan ribet.



Gambar 3. Penempelan Sticker Edukasi Kesehatan

Selain bekerjasama dengan puskesmas kami juga membuat stiker edukasi kesehatan kepada masyarakat yang didalamnya berisi prosedur berobat menggunakan BPJS maupun tanpa menggunakan BPJS, serta mencantumkan nomor kedaruratan seperti ambulans, damkar dan nomor polisi. Prosedur berobat menggunakan BPJS tertera di stiker agar masyarakat tidak beranggapan bahwa penggunaan BPJS Kesehatan itu sulit dalam prosedurnya. Sebenarnya masyarakat hanya kurang memahami bagaimana prosedur yang benar untuk mengajukan perlindungan BPJS Kesehatan tersebut. Oleh karena itu, mahasiswa PPMT Dusun Jetis Gayu Wringinputih membuat selebaran berupa stiker agar dapat membantu masyarakat mengatasi masalah tersebut. Selain itu, tertera nomor kedaruratan dalam stiker agar masyarakat dapat segera mengatasi keadaan darurat dan mengantisipasi adanya kebingungan.

Respon masyarakat terhadap peran ikut serta Mahasiswa PPMT dalam penanganan posyandu lansia telah memberikan kontribusi yang signifikan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia. Selain itu, penempelan stiker edukasi kesehatan di rumah warga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap pentingnya berobat dan memeriksa kesehatan, serta dapat meningkatkan minat lansia terhadap manfaat dan keberadaan posyandu.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian lapangan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa lansia di Dusun Jetis Gayu, Wringinputih, Borobudur masih kurang sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dengan rutin periksa dan berobat ke puskesmas. Melihat keadaan yang ada di Dusun Jetis Gayu tersebut, mahasiswa PPMT melakukan pencarian data lansia, melaksanakan posyandu dimana kami bekerjasama dengan puskesmas setempat serta membuat stiker yang berisikan prosedur atau tata cara berobat di puskesmas atau rumah sakit memakai BPJS maupun tanpa memakai BPJS, didalamnya juga terdapat nomor darurat seperti nomor ambulans, polisi, damkar guna mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan. Dengan adanya program PPMT berupa menggerakkan Posyandu Lansia dan membuat stiker edukasi kesehatan tersebut, maka dapat meningkatkan minat lansia untuk periksa dan berobat ke puskesmas dan meningkatkan kesadaran lansia terhadap kesehatan.



---

## PERSANTUNAN

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Terimakasih sebanyak-banyak kepada perangkat desa dusun jetis gayu dan juga dosen pembimbing sudah mengarahkan dan membantu kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Tak lupa tim penulis berterima kasih kepada pihak mitra karena sudah bersedia bekerjasama dalam kegiatan pengabdian ini

## REFERENSI

- Adinda Yusvika Rahmawati, W. M. (2021). Psychological Well-Being Mahasiswa Yang Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis* , 123-132 .
- C.D. Ryff, H. S. (2006). Know thself and become what you are: a edaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 13-39.
- C.D. Ryff, L. K. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719-727.
- Havid Ahmad, N. H. ( 2014). Perbedaan Psychological Well-Being Pada Lansia Berdasarkan Lokasi Tempat Tinggal . *Jurnal RAP UNP*, 146-156 .
- Luthfi Mulya Rizqi, S. M. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Kurangnya Minat Lansia Terhadap Pelayanan Posyandu Lansia Kresna 1 di Pondok kesehatan Desa (Ponkesdes) (Studi Kasus Pada Posyandu Lansia Kresna 1 Desa Kedok Kecamatan Turen Kabupaten Malang) . *Jurnal Respon Publik*, 96-102 .
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1069-1081.
- Sukma Dewi, A. N. (2022). Peran Mahasiswa KKN dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 230-239.
- Ulfa, G. (2018). *Hubungan antara stres, harga diri dan dukungan sosial terhadap psikologi lansia*. Retrieved from Universitas Muhammadiyah Surakarta: [eprints.ums.ac.id](http://eprints.ums.ac.id)
- Yola, P. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Derajat Insomnia pada Lanjut Usia di Posyandu Lanjut Usia Mekar Sari Mojo Surabaya. *Widya Mandala Surabaya Catholic University*, 1-15.