

Tantangan dan Hambatan Program Pengembangan Kesehatan Olahraga Untuk Lansia di Puskesmas Kota Manado

Asmala Sari¹, Gustaaf A. E. Ratag², Grace.D.Kandou*

Abstract:

The increasing problems as well as life expectancy become a problem that needs to be considered along number of elderly is consistently over time. Elderly Health is directed to maintain and improve the health and ability to remain productive; government efforts to organize health sports of elderly in health centers in order to improve the quality of life optimally. Therefore, the purpose of this study to determine how the challenges and obstacles of Eldery Sport Health programe in Community Health Centers of Manado City. This study using qualitative methods while the informants were the head of health centers and the holder of sport health programs in community Health Centers of Manado City. Data collection using in-depth interviews and observational methods. This research showed only founded in four community health centers which priority to implement it, while most of others not yet implemented due to some challenging and obstacles. The conclusion in the face of challenges, health centers must prepare trained personnel comply the aspects of quantity (amount) and quality (ability), provision of funds taken from operational health support if all activity must have the fullest, facilities and infrastructure are prepared to support the implementation of sport health programs; face of barriers, community health center should socialize with the hope of can improve knowledge of the elderly and their families in the health sport benefits, and the cooperation with community organizations in the implementation of sport healt programs can be together.

Keywords: Sports Health, Elderly, Community Health Center, Challenges, Obstacles

Abstrak:

Kesehatan usia lanjut diarahkan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kemampuannya agar tetap produktif; pemerintah membantu menyelenggarakan upaya kesehatan olahraga usia lanjut di Puskesmas untuk meningkatkan kualitas hidup secara optimal. Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tantangan dan hambatan program kesehatan olahraga lansia di Puskesmas Kota Manado. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Para informan adalah kepala Puskesmas dan pemegang program kesehatan olahraga di Puskesmas seluruh Kota Manado. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara mendalam dan metode observasi. Dalam penelitian di temukan empat Puskesmas yang memprioritaskan pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga bagi usia lanjut (lansia), tetapi lima puskesmas lainnya belum mengupayakannya karena adanya tantangan dan hambatan. Kesimpulan yang didapat dalam menghadapi tantangan, puskesmas harus mempersiapkan tenaga terlatih yang memenuhi aspek secara kuantitas (jumlah) maupun kualitas (kemampuan), penyediaan dana diambil dari bantuan operasional kesehatan jika semua kegiatan wajib telah terpenuhi, sarana dan prasarana dipersiapkan untuk menunjang pelaksanaan program kesehatan olahraga; menghadapi hambatan, puskesmas harus melakukan sosialisasi dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan lansia beserta keluarganya dalam manfaat kesehatan olahraga, dan mengadakan kerjasama dengan organisasi masyarakat agar dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga dapat dilakukan bersama-sama.

Kata Kunci: Kesehatan Olahraga, Lanjut Usia, Puskesmas, Tantangan, Hambatan

* Ilmu Kedokteran Komunitas FK Universitas Sam Ratulangi Manado, e-mail: sariasamala@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan bertujuan meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Untuk mencapai tujuan pembangunan kesehatan tersebut diselenggarakan berbagai upaya kesehatan secara menyeluruh, berjenjang, dan terpadu. Upaya kesehatan olahraga adalah salah satu upaya yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani melalui aktivitas fisik atau olahraga.¹

Angka harapan hidup penduduk Indonesia berdasarkan data Biro Pusat Statistik pada tahun 1990 jumlah penduduk lanjut usia meningkat 11,3 juta orang atau 8,9 %. Jumlah ini meningkat di seluruh Indonesia menjadi 15,1 juta jiwa pada tahun 2000 atau 7,2 % dari seluruh penduduk. Diperkirakan pada tahun 2020 akan menjadi 29 juta atau 11,4 %. Hal ini menunjukkan bahwa penduduk lanjut usia meningkat secara konsisten dari waktu ke waktu.³

Pertumbuhan penduduk Sulawesi utara pada tahun 1971 sebanyak 1,718,543 jiwa, pada tahun 1980 sebanyak 2,155,384 jiwa, pada tahun 1990 sebanyak 2,478,119 jiwa, pada tahun 1995 sebanyak 2,649,093 jiwa, pada tahun 2000 sebanyak 2,012,098 jiwa, dan pada tahun 2010 sebanyak 2,270,596 jiwa.³

Median umur penduduk Provinsi Sulawesi Utara tahun 2010 adalah 29,08 tahun. Angka ini menunjukkan bahwa penduduk Provinsi Sulawesi Utara termasuk kategori menengah. Penduduk suatu wilayah dikategorikan penduduk muda bila median umur < 20, penduduk menengah jika median umur 20-30, dan penduduk tua jika median umur > 30 tahun. Rasio ketergantungan penduduk provinsi Sulawesi utara adalah 50,24.⁴

Pengertian lansia (lanjut usia) menurut UU no 4 tahun 1965 adalah seseorang yang mencapai umur 55 tahun, tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan menerima nafkah dari orang lain sedangkan menurut UU no.12 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun.⁵

Hasil survey Pembuatan Norma Kesegaran Jasmani pada usia lanjut oleh Depkes RI tahun 2002, sekitar 85% lansia masih memiliki tingkat kesegaran jasmani yang rendah, terutama pada komponen daya tahan kardio respirasi dan kekuatan otot. Hal tersebut dapat dicegah dengan melakukan latihan

fisik/olahraga. Oleh karena itu dipandang perlu memberikan petunjuk melakukan latihan fisik yang baik dan benar, agar para usia lanjut masih dapat berdaya guna, berhasil guna, mandiri, tidak menjadi beban keluarga, masyarakat dan negara.⁶

Usia bertambah tingkat kesegaran jasmani akan menurun. Penurunan kemampuan akan semakin terlihat setelah umur 40 tahun, sehingga saat usia lanjut kemampuan akan turun antara 30-50%. Oleh karena itu, bila para usia lanjut ingin berolahraga harus memilih sesuai dengan kelompok umurnya, dan kemungkinan adanya penyakit. Olahraga lanjut usia perlu diberikan dengan berbagai patokan, antara lain beban ringan atau sedang, waktu relatif lama, bersifat aerobik dan atau kalistenik, tidak kompetitif/bertanding.⁷

Berdasarkan data diatas, olahraga memiliki peran yang sangat penting dalam kesehatan usia lanjut, namun belum ada langkah-langkah kongkrit yang dilakukan secara rutin dan terjadwal oleh pihak puskesmas di Kota Manado. Untuk itu peneliti mengambil judul penelitiannya yakni tantangan dan hambatan program pengembangan kesehatan olahraga pada lansia di Puskesmas Kota Manado.

Tujuan penelitian ialah untuk mengetahui tentang program kesehatan olahraga pada lansia di Puskesmas Kota Manado, untuk mengetahui hambatan pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia di Puskesmas Kota Manado, dan untuk mengetahui tantangan pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia di Puskesmas Kota Manado.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kota Manado dari bulan Oktober 2012 sampai Januari 2013. Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian analisis kualitatif dengan menggunakan metode pengamatan seperti wawancara bertahap dan mendalam.

Yang dipilih menjadi informan dalam penelitian ini adalah sembilan Puskesmas di Kota Manado yang masing-masing mewakili setiap kecamatan. Pada Puskesmas yang memiliki kegiatan kesehatan olahraga dan kesehatan lansia, maka yang menjadi informan adalah kepala puskesmas dan pemegang program; sedangkan pada puskesmas yang tidak melaksanakan program tersebut maka hanya kepala puskesmas yang dipilih menjadi informan. Jumlah keseluruhan informan adalah 13 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini dilakukan wawancara mendalam kepada informan yang berasal dari sembilan

puskesmas yang mewakili setiap kecamatan yang ada di Kota Manado. Dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1 Puskesmas yang mewakili setiap kecamatan

No	Kecamatan	Puskesmas
1	Bunaken	Bailang
2	Malalayang	Bahu
3	Mapanget	Paniki Bawah
4	Sario	Sario
5	Singkil	Wawonasa
6	Tuminting	Tuminting
7	Tikala	Ranomuut
8	Wanea	Teling
9	Wenang	Wenang

Tabel 2. Karakteristik informan berdasarkan jenis kelamin, pendidikan, dan jabatan

No informan	Jenis kelamin	Pendidikan	Jabatan
1	L	Kedokteran	Kepala puskesmas
2	P	Keperawatan	Pemegang program
3	L	Kedokteran	Kepala puskesmas
4	L	Kedokteran	Kepala puskesmas
5	P	Kedokteran	Kepala puskesmas
6	P	Kesehatan masyarakat	Kepala puskesmas
7	P	Kedokteran	Kepala Puskesmas
8	P	Keperawatan	Pemegang Program
9	P	Kedokteran	Kepala puskesmas
10	P	Keperawatan	Pemegang program
11	P	Kedokteran	Kepala puskesmas
12	P	Keperawatan	Pemegang program
13	L	Kedokteran	Kepala puskesmas

▪ Tabel 3. Pengamatan Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga

▪ Puskesmas	▪ Keterangan
Bailang	Program terlaksana
Bahu	Program tidak terlaksana
Paniki Bawah	Program tidak terlaksana
Sario	Program tidak terlaksana
Wawonasa	Program tidak terlaksana
Tuminting	Program terlaksana
Ranomuut	Program terlaksana
Teling	Program terlaksana
Wenang	Program tidak terlaksana

Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga

Puskesmas merupakan unit pelaksana teknis dinas kesehatan kabupaten/kota yang bertanggung jawab dalam menyelenggarakan pembangunan kesehatan di suatu wilayah kerja. Dalam menyelenggarakan pembangunan kesehatan di suatu wilayah terdapat di dalamnya upaya pelaksanaan,

baik itu upaya pelaksanaan kesehatan wajib dan upaya pelaksanaan kesehatan pengembangan.

Berdasarkan hasil penelitian ada empat puskesmas yaitu Puskesmas Bailang, Puskesmas Tuminting, Puskesmas Teling, dan Puskesmas Ranomuut yang mengupayakan agar program kesehatan olahraga dapat terlaksana beriringan dengan program kesehatan wajib.

Penelitian di Puskesmas Sario, Puskesmas Bahu, Puskesmas Wenang, Puskesmas Paniki Bawah, dan Puskesmas Wawonasa mengungkapkan pendapat yang berbeda. Lima puskesmas ini tidak melaksanakan program kesehatan olahraga alasannya karena upaya kesehatan pengembangan dilaksanakan bila upaya kesehatan wajib telah terlaksana secara optimal (target cakupan dan mutu terpenuhi).

Pelaksanaan upaya program kesehatan olahraga juga disesuaikan dengan permasalahan yang menyangkut kasus yang ditemukan di wilayah kerja puskesmas, seperti meningkatnya kasus obesitas, kurang gerak, penyakit tidak menular, dll. Hal ini seperti disampaikan oleh kepala Puskesmas Bahu dan kepala Puskesmas Bailang.

Dari hasil penelitian juga di dapatkan bahwa untuk mencapai pelaksanaan yang efektif dan efisien harus melibatkan unsur pemerintahan, dan bekerjasama dengan lintas program, lintas sektor, LSM, organisasi profesi, dunia usaha, serta masyarakat. Hal ini di temukan dalam wawancara yang pelaksanaan kegiatan kesehatan olahraga melibatkan BKOM. Disampaikan oleh kepala Puskesmas Teling yang bekerja sama dengan BKOM dalam pelaksanaan kesehatan olahraga, dan penelitian di Puskesmas Bailang, Puskesmas Paniki Bawah, Puskesmas Tuminting, dan Puskesmas Teling di dapatkan bahwa bekerja sama dengan tokoh masyarakat dan tokoh agama bukan hanya dapat bermanfaat dalam pelaksanaan tetapi juga dalam hal menyebarluaskan informasi tentang pelaksanaan kesehatan olahraga agar informasi tersebut masuk kebagian-bagian masyarakat.

Hal serupa juga dikatakan oleh kepala Puskesmas Tuminting dan kepala Puskesmas Teling. Kesehatan olahraga untuk lansia penting dilaksanakan karena bertujuan dalam peningkatan kesehatan lansia, pencegahan penyakit, dan mengembalikan kepercayaan diri pada lansia.

Dalam penelitian didapatkan di puskesmas yang telah menjalankan program kesehatan olahraga, bahwa pembinaan dan pelayanan upaya program kesehatan olahraga untuk lansia mempunyai fungsi secara menyeluruh yang pelaksanaannya sudah mencakup dalam kegiatan posyandu lansia. Hal ini disampaikan oleh kepala Puskesmas Bailang, kepala Puskesmas Tuminting, kepala Puskesmas Ranomuut, dan kepala Puskesmas Teling.

Posyandu lansia dilaksanakan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu pelayanan kesehatan

untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berdaya guna bagi keluarga, selain itu mendekatkan pelayanan dan meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan disamping meningkatkan komunikasi antara masyarakat lanjut usia.

Puskesmas seringkali melaksanakan olahraga untuk lansia dalam kegiatan posyandu lansia selain pemeriksaan dan pengobatan, namun ada beberapa puskesmas di Kota Manado yang posyandu lansianya dijalankan tetapi hanya sebatas pemeriksaan dan pengobatan untuk kegiatan tambahan yang khususnya kesehatan olahraga tidak dilaksanakan, hal ini disampaikan oleh kepala Puskesmas Wonasa dan kepala Puskesmas Paniki Bawah.

Kegiatan upaya program kesehatan olahraga dilakukan secara menyeluruh meliputi pendekatan promotif diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan daya tahan tubuh lansia dengan cara dilakukannya penyuluhan kepada lansia, selain itu pendekatan preventif dengan cara olahraga dalam hal ini senam dan jalan sehat yang diharapkan dapat mencegah timbulnya penyakit atau penyulit akibat kurangnya gerak, rehabilitatif dan kuratif juga diperhatikan. Hal ini disampaikan oleh kepala Puskesmas Bailang, pemegang program di Puskesmas Tuminting, dan pemegang program di Puskesmas Teling.

Pendapat yang berbeda ditemukan dalam wawancara dengan kepala Puskesmas Bahu, kepala Puskesmas Paniki Bawah, kepala Puskesmas Sario, kepala Puskesmas Wawonasa, dan kepala Puskesmas Wenang. Mereka mengatakan belum melaksanakan kegiatan kesehatan olahraga untuk lansia karena ada beberapa faktor yang menghambat.

Tiga puskesmas yang menjalankan program kesehatan olahraga, melaksanakan kegiatannya setiap sebulan sekali, hal ini disampaikan oleh pemegang program di Puskesmas Tuminting, pemegang program di Puskesmas Teling dan pemegang program di Puskesmas Ranomuut.

Dalam penelitian didapatkan dari pemegang program di Puskesmas Bailang yang tidak melaksanakan upaya kesehatan olahraga secara langsung, memilih melaksanakannya dengan penyuluhan di setiap kunjungan lansia ke posyandu lansia.

Tantangan dalam Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga untuk Lansia

Program kesehatan olahraga merupakan program pengembangan di puskesmas dan tidak termasuk

dalam program kesehatan wajib, oleh sebab itu dalam pengembangan program ini puskesmas menghadapi berbagai tantangan.

Tenaga Terlatih

Berdasarkan penelitian, tantangan dalam mengembangkan program kesehatan olahraga terdapat banyak faktor salah satunya sumber daya manusia. Kebutuhan sumber daya manusia dapat ditinjau dari dua aspek yakni aspek kuantitas maupun aspek kualitas.

Kuantitas, menyangkut jumlah staf yang dibutuhkan puskesmas untuk melaksanakan program sesuai dengan jadwal yang disusun di tiap-tiap puskesmas; sedangkan kualitas adalah kemampuan staf puskesmas dalam hal yang menyangkut pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia.

Untuk memperoleh staf puskesmas yang memadai dalam hal kuantitas dan kualitas dibutuhkan pelatihan-pelatihan yang sesuai dengan program yang di pegang. Pelatihan yang dilaksanakan dapat mengembangkan motivasi, inisiatif, dan keterampilan staf puskesmas dalam melaksanakan suatu program.

Puskesmas di Kota Manado mengupayakan tenaganya (petugas) untuk menjadi tenaga terlatih dengan cara mengikuti pelatihan-pelatihan kesehatan olahraga lansia yang terdiri dari senam jantung sehat, senam osteoporosis, senam pernapasan, senam persendiaan, dan senam kebugaran jasmani.

Untuk meningkatkan motivasi kerja staf, sistem insentif perlu diterapkan sesuai dengan ketentuan yang disepakati bersama. Sistem kerja yang bersifat integratif dan berkelompok juga dapat dikembangkan di puskesmas untuk tercapainya keberhasilan suatu program.

Program kesehatan olahraga untuk lansia ini sudah di rasakan di empat puskesmas yaitu Puskesmas Bailang, Puskesmas Tuminting, Puskesmas Ranomuut, dan Puskesmas Teling. Di empat puskesmas ini petugasnya yang mengikuti pelatihan telah dapat melaksanakan program kesehatan olahraga.

Pelaksanaan program inipun tidak tergantung dari adanya tenaga terlatih atau tidak, ini dibuktikan pada saat penelitian didapatkan ada puskesmas yang telah memiliki tenaga terlatih namun dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia belum terlak-

sana seperti yang ditemukan di Puskesmas Paniki Bawah, Puskesmas Bahu, dan Puskesmas Sario.

Beban kerja atau tugas ganda sangat berpengaruh terhadap kinerja individu dalam melaksanakan pekerjaan yang dilakukan, beban kerja bukan saja dilihat dari segi fisik semata akan tetapi beban kerja bisa juga berupa beban mental. Beban kerja yang cukup banyak yang diemban oleh pengelola program atau pemegang program membawa akibat yang tidak diinginkan oleh jajaran kesehatan karena dapat mengakibatkan terbengkalainya program upaya kesehatan olahraga. Hal ini juga dikatakan oleh kepala Puskesmas Sario

Suatu puskesmas harus melakukan pendekatan pengaturan kerja berdasarkan analisis jabatan disesuaikan tugas dan fungsinya. Maka diharapkan beban kerja dapat di dikurangi dengan demikian pencapaian tujuan dapat terealisasi dan ini bisa dijadikan kekuatan internal dalam pengelolaan upaya kesehatan olahraga untuk lansia di puskesmas.

Dana

Dana juga berperan dalam pelaksanaan kegiatan. Suatu program tanpa adanya penyediaan dana tidak bisa berjalan secara optimal. Dalam penelitian tantangan yang berhubungan dengan dana dialami oleh seluruh puskesmas.

Dari hasil penelitian ada lima puskesmas yang tidak mengupayakan penyediaan dana. Dana yang tidak mencukupi ini menjadi alasan terhambat pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia, hal ini disampaikan oleh pemegang program di Puskesmas Bailang, kepala Puskesmas Bahu, dan Puskesmas Paniki Bawah.

Hal berbeda ditemukan di Puskesmas Bailang, Puskesmas Teling, Puskesmas Tuminting, dan Puskesmas Ranomuut yang menjalankan program kesehatan olahraga, mereka tersedianya dana di ambil dari bantuan operasional kesehatan jika semua kegiatan wajib telah tercukupi, hal ini disampaikan kepala Puskesmas Bailang dan kepala Puskesmas Ranomuut.

Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana adalah atribut yang dimiliki organisasi meliputi bahan dan peralatan penunjang kegiatan kesehatan olah-

raga. Keberhasilan suatu program terlihat dengan tersedianya sarana dan prasarana yang memadai, hal ini dapat dilihat pada wawancara yang disampaikan oleh kepala Puskesmas Ranomuut.

Terdapat di Puskesmas Ranomuut, Puskesmas Tuminting, Puskesmas Telingyang telah memiliki sarana yang cukup oleh sebab itu mereka berupaya untuk melaksanakan kegiatan kesehatan olahraga.

Penelitian di Puskesmas Sario didapatkan bahwa di wilayah kerjanya terdapat balai olahraga yang memiliki sarana dan prasarana yang mencukupi tetapi pelaksanaan kesehatan olahraga tidak dijalankan.

Puskesmas Bailang mengupayakan kesehatan olahraga tetapi di wilayah kerjanya tidak terdapat saran dan prasarana untuk menunjang kesehatan olahraga jadi pelaksanaannya hanya dalam bentuk penyuluhan kepada masyarakat.

Hambatan Program Kesehatan Olahraga untuk Lansia

Masyarakat Lansia

Dari hasil penelitian bahwa faktor dari masyarakat khususnya lansia dapat menjadi penghambat dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga karena pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia tidak lepas dari lansia itu sendiri.

Program kesehatan olahraga untuk lansia harus berjalan beriringan. Hal-hal yang dapat menghambat pelaksanaan yang bersumber dari lansia yang mencakup pengetahuan lansia yang rendah, jarak rumah dengan lokasi kegiatan yang jauh atau sulit di jangkau, dan kurangnya dukungan keluarga.

Jika tidak ada pemahaman yang baik dari para lansia tentang manfaat kesehatan olahraga maka pelaksanaannya menjadi sulit. Hal ini ditemukan pada wawancara dengan kepala Puskesmas Bailang.

Jarak pelaksanaan kegiatan yang dekat akan membuat lansia mudah menjangkau tanpa mengalami rasa lelah karena penurunan kekuatan fisik tubuh, apabila jarak pelaksanaan kegiatan jauh akan menurunkan minat dan motivasi lansia. Hal ini ditemukan pada wawancara dengan pemegang program di Puskesmas Ranomuut.

Dalam pelaksanaan kegiatan yang menyangkut dengan lansia diketahui bahwa dalam kegiatan bukan saja lansia yang terlibat tetapi keluarga lansia juga penting menjadi motivator kuat bagi para lansia untuk memulihkan rasa kepercayaan diri lansia.

Rendahnya Kerjasama Antara Organisasi Masyarakat dengan Puskesmas

Pentingnya kerjasama antar organisasi didalam masyarakat dengan puskesmas yang tugasnya bertanggung jawab dalam meningkatkan kesehatan masyarakat di suatu wilayah kerjanya.

Dari hasil penelitian di dapatkan dari kepala Puskesmas Sario dan kepala Puskesmas Paniki Bawah tidak menjalankan program kesehatan olahraga mengungkapkan bahwa kesehatan olahraga untuk lansia di wilayah puskesmas sebenarnya telah ada atau telah terlaksana, tetapi dalam hal ini puskesmas tidak langsung sebagai pelaksana kesehatan olahraga untuk lansia, tetapi kegiatan ini adalah kegiatan milik organisasi masyarakat di wilayah kerja mereka.

Perhatian dari Dinas Kesehatan

Keterlibatan dinas kesehatan dalam penyelenggaraan upaya program kesehatan olahraga untuk lansia di puskesmas memegang peranan penting dalam pelaksanaannya. Perhatian yang dimaksud dari dinas kesehatan ini adalah menyangkut dana, dan tidak wajibnya pelaporan kegiatan program kesehatan olahraga.

Dari hasil informasi yang didapatkan kepala Puskesmas Sario dan kepala Puskesmas Paniki Bawah. Puskesmas yang tidak menjalankan program kesehatan olahraga mengakui bahwa perhatian dari dinas kesehatan tentang program pengembangan di puskesmas masi sangat kurang.

Hasil Observasi

Hasil observasi didapatkan bahwa tidak semua Puskesmas dalam pelaksanaannya mempunyai data yang lengkap, data dalam hal ini mencakup data perencanaan jadwal, data kegiatan, data hasil kegiatan, maupaun data pelaporan. Ditemukan di Puskesmas Tuminting dan Puskesmas Teling mempunyai data berupa jadwal pelaksanaan.

Dari informan didapatkan bahwa Puskesmas ada yang sudah melaksanakan program ini sejak 2005 dan ada juga yang baru melaksanakan pada tahun

2011 tetapi dalam observasi tidak ditemukan adanya data yang menunjukkan demikian, informan beralasan ini disebabkan karena program ini tidak dilaporkan setiap pelaksanaannya.

Ditemukan di Puskesmas Tuminting, Puskesmas Ranomuut, dan Puskesmas Teling mempunyai absen lansia, tetapi di Puskesmas Bailang absen tidak dimiliki karena pelaksanaan kesehatan olahraga hanya berupa penyuluhan.

KESIMPULAN

Tantangan dalam pengembangan program kesehatan olahraga untuk lansia di Puskesmas Kota Manado adalah masalah-masalah yang terdapat di masing-masing puskesmas, yang terdiri dari petugas terlatih, dana, sarana dan prasarana. Sedangkan hambatan dalam pengembangan kesehatan olahraga untuk lansia di Puskesmas Kota Manado yaitu masalah-masalah yang bersumber dari luar Puskesmas, yang terdiri dari masyarakat lansia, rendahnya kerjasama antara organisasi masyarakat dengan Puskesmas, dan kurangnya perhatian dari Dinas Kesehatan Kota Manado. Dalam melaksanakan program kesehatan olahraga, dibutuhkan kebijakan operasional dan strategi yang baik dalam hal ini berhubungan dengan kemitraan kerja lintas program, lintas sektor, dunia usaha/swasta, LSM sehingga kegiatan program kesehatan olahraga dapat masuk ke dalam bagian-bagian masyarakat. Menghadapi tantangan Puskesmas harus mempersiapkan tenaga terlatih yang memenuhi aspek secara kuantitas (jumlah) maupun kualitas (kemampuan), penyediaan dana diambil dari bantuan operasional kesehatan jika semua kegiatan wajib telah terpenuhi, sarana dan prasarana dipersiapkan untuk menunjang pelaksanaan program kesehatan olahraga; menghadapi hambatan, puskesmas harus melakukan sosialisasi dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan lansia beserta keluarganya dalam manfaat kesehatan olahraga, dan mengada-

kan kerjasama dengan organisasi masyarakat agar dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga dapat dilakukan bersama-sama.

SARAN

Saran ditujukan kepada dinas kesehatan agar dapat lebih mendukung secara penuh program kesehatan olahraga dan Puskesmas di Kota Manado agar lebih mengupayakan dan meningkatkan pelaksanaan program kesehatan olahraga di masing-masing wilayah kerjanya.

Kemudian Pelaksanaan sosialisasi dilakukan terus menerus sehingga manfaat kesehatan olahraga dapat diketahui oleh lansia dan peningkatan SDM yang handal, dalam hal ini tenaga terlatih, dana pemenuhan sarana dan prasarana agar pelaksanaan program kesehatan olahraga untuk lansia dapat berjalan dengan baik.

REFERENSI

1. Pedoman Upaya Kesehatan Olahraga. Direktorat Kesehatan Republik Indonesia, Direktorat Bina Kesehatan Komunitas. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.2006.
2. Pertiwi KR. Posyandu Lansia. Sumber: <http://staff.uny.ac.id>
3. Badan Pusat Statistik. Penduduk Indonesia Menurut Provinsi.Sumber: <http://www.bps.co.id>. Diakses 17/10/2012
4. Sensus Penduduk. Umur Penduduk Provinsi Sulawesi Utara.Sumber: <http://sp2010.bps.go.id>. Diakses 17/10/2012
5. UU no 4 tahun 1965 Tentang Lanjut Usia
6. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Manual Latihan Fisik Untuk Usia Lanjut. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.1997.
7. Bandiah S. Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Penerbit Buku Nuha Medika.2009.