

Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia Melalui Edukasi dan Pelatihan Pemeriksaan Kesehatan Dasar

¹Ria Panjaitan,

¹Puskesmas Sei Durian, Kabupaten Kubu Raya

*✉ riapanjaitan@gmail.com

Abstrak

Peningkatan jumlah populasi lansia menjadi tantangan dalam pelayanan kesehatan masyarakat karena kelompok ini memiliki risiko tinggi terhadap penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit kardiovaskular. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berperan penting dalam meningkatkan kesehatan lansia. Namun, kemampuan kader posyandu dalam melakukan pemantauan kesehatan lansia masih terbatas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia melalui edukasi kesehatan dan pelatihan pemeriksaan kesehatan dasar. Kegiatan ini melibatkan 20 kader posyandu lansia di salah satu wilayah Kota Pontianak. Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, pelatihan pemeriksaan tekanan darah, penimbangan berat badan, serta edukasi kesehatan kepada lansia. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test serta observasi keterampilan kader. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan kader dari rata-rata 61,5 sebelum pelatihan menjadi 85,2 setelah pelatihan. Selain itu kader juga mampu melakukan pemeriksaan kesehatan dasar secara mandiri. Program pemberdayaan kader ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan lansia serta mendukung deteksi dini masalah kesehatan pada lansia di masyarakat.

Kata Kunci: Lansia; kader posyandu; pemberdayaan masyarakat; edukasi kesehatan; kesehatan lansia

Hypertension Prevention Education Through Health Education and Blood Pressure Screening in the Community

Abstract

The increasing number of elderly populations has become a major public health concern. Elderly individuals are at higher risk of chronic diseases such as hypertension, diabetes, and cardiovascular diseases. Posyandu Lansia plays an important role in providing community-based health services for elderly people. However, the capacity of health cadres in conducting health monitoring and education is still limited. This community service program aimed to empower elderly posyandu cadres through training and health education to improve their knowledge and skills in basic health monitoring for elderly people. The activity involved 20 cadres from a community health post in Pontianak. The program included health education sessions, training on measuring blood pressure, weight, and health counseling for elderly individuals. Evaluation was conducted using pre-test and post-test assessments and observation of cadre skills. The results showed an increase in knowledge scores from 61.5 before training to 85.2 after training. Cadres also demonstrated improved skills in conducting basic health examinations for elderly participants. This program shows that empowering

community health cadres can enhance the quality of elderly health services and support early detection of health problems among elderly populations.

Keywords: *elderly; posyandu cadres; community empowerment; health education; elderly health*

1. Pendahuluan

Peningkatan angka harapan hidup menyebabkan jumlah populasi lansia terus meningkat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Kondisi ini menimbulkan tantangan dalam penyediaan pelayanan kesehatan yang optimal bagi kelompok lansia. Lansia memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap berbagai penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, dan gangguan metabolik lainnya (World Health Organization, 2022).

Di Indonesia, pelayanan kesehatan bagi lansia tidak hanya dilakukan melalui fasilitas kesehatan formal tetapi juga melalui pelayanan berbasis masyarakat seperti posyandu lansia. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan lansia melalui kegiatan pemantauan kesehatan, penyuluhan, dan deteksi dini penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Kader posyandu memiliki peran penting dalam keberhasilan program posyandu lansia karena kader bertugas membantu tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan kesehatan serta memberikan edukasi kepada masyarakat. Namun demikian, masih ditemukan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dasar pada lansia.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan kader kesehatan dapat meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan pelayanan kesehatan masyarakat serta meningkatkan kualitas program kesehatan berbasis komunitas (Suryani et al., 2022). Oleh karena itu, pemberdayaan kader posyandu lansia melalui edukasi dan pelatihan sangat penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan lansia di masyarakat.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Februari 2026 di salah satu wilayah Kota Pontianak. Sasaran kegiatan adalah kader posyandu lansia yang aktif di wilayah tersebut.

Jumlah peserta kegiatan sebanyak 20 kader posyandu lansia.

Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan:

1. Persiapan

Tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pengelola posyandu lansia serta menyiapkan materi pelatihan.

2. Penyuluhan kesehatan

Materi edukasi yang diberikan meliputi:

- konsep kesehatan lansia
- penyakit kronis pada lansia
- pentingnya deteksi dini masalah kesehatan

3. Pelatihan keterampilan kader

Kader dilatih untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dasar meliputi:

- pengukuran tekanan darah
- penimbangan berat badan
- pengukuran indeks massa tubuh
- edukasi kesehatan kepada lansia

4. Evaluasi kegiatan

Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan kader serta observasi keterampilan kader selama praktik pemeriksaan kesehatan.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Pelaksanaan kegiatan pemberdayaan kader

Kegiatan pelatihan berlangsung dengan baik dan diikuti secara aktif oleh seluruh kader posyandu lansia. Materi pelatihan disampaikan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan praktik langsung.

Para kader menunjukkan antusiasme yang tinggi selama pelatihan, terutama saat praktik pemeriksaan tekanan darah dan penimbangan berat badan.

3.2 Peningkatan pengetahuan kader

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader setelah mengikuti kegiatan pelatihan.

Tabel 1. Perbandingan skor pengetahuan kader sebelum dan sesudah pelatihan

No	Indikator Pengetahuan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Pemahaman tentang kesehatan lansia	60	88
2	Pengetahuan penyakit kronis lansia	58	84
3	Pengetahuan pemeriksaan kesehatan dasar	65	90
4	Pengetahuan edukasi kesehatan lansia	63	87

Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 61,5 menjadi 85,2 setelah pelatihan.

3.3 Peningkatan keterampilan kader

Selain peningkatan pengetahuan, kader juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dasar. Sebagian besar kader mampu melakukan pengukuran tekanan darah dan penimbangan berat badan secara mandiri dengan benar.

Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan kader kesehatan merupakan strategi efektif dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan berbasis masyarakat.

4. Kesimpulan

Kegiatan pemberdayaan kader posyandu lansia melalui edukasi dan pelatihan pemeriksaan kesehatan dasar berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan pemantauan kesehatan lansia. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan lansia di masyarakat serta mendukung deteksi dini masalah kesehatan pada lansia.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat serta seluruh kader posyandu lansia yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Kontribusi Penulis

Pelaksana kegiatan: RP; Penyiapan artikel: RP; Analisis dampak pengabdian: RP; Penyajian hasil pengabdian: RP; Revisi artikel: RP

Daftar Pustaka

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman pelaksanaan posyandu lansia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Suryani, N., Rahmawati, D., & Wulandari, A. (2022). Empowering community health cadres to improve elderly health services. *BMC Public Health*, 22, 1450.
- World Health Organization. (2022). Ageing and health. <https://www.who.int>
- United Nations. (2023). World population ageing report. United Nations Department of Economic and Social Affairs.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
