

Optimalisasi Kader dalam Peningkatan Kualitas Kesehatan Lansia di Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang

Joyo Minardo¹, Mukhamad Musta'in², Heri Sugiarto³, Eko Nur Hermansyah⁴, Olif Rina Susanti⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi : bopojoyominardo75@gmail.com

ABSTRAK

Lansia sangat rentan mengalami gangguan kesehatan karena penurunan fungsi tubuh.. Keluhan sakit yang dialami lansia berupa gangguan saluran pernapasan, sakit kepala, hipertensi, diabetes mellitus, dan gangguan penyakit degenerative lainnya. Proteksi kesehatan terhadap lansia perlu diperhatikan agar lansia melakukan manajemen hidup sehat jasmani dan rohani. Kesehatan para lansia difasilitasi dengan program Posyandu Lansia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Posyandu lansia diselenggarakan oleh kader kesehatan yang merupakan tenaga sukarela yang direkrut dari masyarakat.. Kader bukanlah petugas kesehatan yang profesional, namun peranan kader dapat membantu tenaga kesehatan untuk memperdayakan masyarakat. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader sangat penting untuk menunjang kesehatan lansia menuju lansia sehat dan bahagia. Peningkatan kapasitas kader dilakukan dengan peningkatan pengetahuan tentang penyakit degeneratif, dan pemeriksaan dasar.. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kader tentang penyakit degenerative dan cara pengukuran tekanan darah sebagai pemeriksaan kesehatan dasar.. Metode yang digunakan adalah memberikan penyuluhan kesehatan disertai melatih pemeriksaan tekanan darah. Sasaran pada kegiatan ini adalah kader posyandu. lansia Tahapan yang dilakukan meliputi pemberian materi tentang penyakit degeneratif dilanjutkan demonstrasi pengukuran tekanan darah. Pada tahap evaluasi terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengukur tekanan darah Hasil dari kegiatan ini adalah seluruh kader dengan pengetahuan baik 60,71 % dan pengetahuan baik sekali 17,8 % sisanya dengan pengetahuan cukup 21,42%.

Kata kunci: Kader, Lansia, Penyakit Degeneratif

ABSTRACT

Elderly people are very susceptible to health problems due to decreased body function. Complaints of illness experienced by the elderly include respiratory tract disorders, headaches, hypertension, diabetes mellitus, and other degenerative diseases. Health protection for the elderly needs to be considered so that the elderly carry out healthy physical and mental life management. The health of the elderly is facilitated by the Elderly Posyandu program which aims to improve the quality of life of the elderly. Elderly Posyandu is organized by health cadres, who are volunteers recruited from the community. Cadres are not professional health workers, but the role of cadres can help health workers to empower the community. Increasing the knowledge and skills of cadres is very important to support the health of the elderly towards healthy and happy elderly people. Increasing the capacity of cadres is carried out by increasing knowledge about degenerative diseases, and basic examinations. The purpose of this activity is to provide cadres with knowledge about degenerative diseases and how to measure blood pressure as a basic health examination. The method used is to provide health education accompanied by training in blood pressure examinations. The target of this activity is elderly Posyandu cadres. The stages carried out include providing material about degenerative diseases followed by a demonstration of blood pressure measurement. At the evaluation stage, there was an increase in the knowledge and skills of cadres in measuring blood pressure. The results of this activity were that all cadres had good knowledge of 60.71% and very good knowledge of 17.8%, the rest had sufficient knowledge of 21.42%

Keywords: Cadres, Elderly, Degenerative Disease

1. PENDAHULUAN

Semakin bertambahnya usia, tubuh menjadi semakin rentan mengalami gangguan kesehatan dikarenakan menurunnya fungsi-fungsi organ sehingga lansia harus memiliki manajemen

yang tepat dalam menjaga kesehatannya (Prasetyo, 2020). Dari sisi kesehatan, sekitar dua dari lima (41,49)% lansia mengalami keluhan kesehatan diantaranya gangguan saluran pernapasan, demam, sakit kepala dan gangguan karena penyakit degeneratif. (Nindiya R.S et.al, 2023). Semakin bertambahnya usia maka, makin besar risiko seseorang terkena penyakit, hal ini terjadi dikarenakan fungsi tubuh akan menurun sehingga kesulitan untuk menangkal berbagai jenis penyakit terutama adalah penyakit degenerative (Anisa H, 2024)

Untuk memfasilitasi dan memberikan perhatian terhadap kesehatan para lansia maka diselenggarakanlah program Posyandu Lansia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup para lansia yang aktifitas kegiatannya meliputi pemeriksaan kesehatan, pemeriksaan aktifitas sehari hari, perhatian terhadap asupan nutrisi dan kegiatan kerohanian serta kemasyarakatan yang lainnya (Prasetyo, 2020). Upaya kesehatan yang dilakukan di posyandu dilakukan oleh seorang kader yang merupakan tenaga sukarela yang direkrut dari, oleh dan untuk masyarakat yang bertugas membantu kelancaran pelayanan kesehatan. Seorang kader posyandu bekerja secara sukarela dan ikhlas, mau dan sanggup melaksanakan kegiatan posyandu serta mampu menggerakkan masyarakat (Ida U, 2020)

Kementerian Kesehatan RI Dirjen Kesehatan Masyarakat sejak tahun 2021 telah mencanangkan sinergitas pelaksanaan Posyandu Lansia dengan Posbindu PTM secara terintegrasi. Berkaitan hal tersebut maka peran kader akan semakin kompleks dalam menjalankan tugas kemasyarakatan. Peran dan tugas kader cukup banyak dan membutuhkan keterampilan dan pengetahuan yang cukup untuk menunjang tugas yang diembannya (Kemenkes RI, 2021). Optimalisasi peran kader dapat dilakukan dengan pelatihan deteksi dini gangguan kesehatan, pemeriksaan kesehatan sederhana, peningkatan pengetahuan tentang penyakit degeneratif, proses tindak lanjut sinergitas dengan tenaga kesehatan untuk melakukan rujukan ke fasilitas kesehatan lanjutan yang lebih tinggi (Noerul I, 2023).

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kepada kader posyandu lansia akan dapat berkontribusi terhadap kualitas pelayanan kesehatan lansia, kualitas hidup lansia, dan penurunan angka morbiditas lansia (Bahtiyar, 2023). Hal ini didukung hasil penelitian bahwa pemberian pendidikan kesehatan dapat berdampak pada kemajuan dan peningkatan pengetahuan kader mengenai program dan peran kader dalam pelaksanaan posyandu lansia (Dita MP, 2024). Penelitian lain menyatakan peningkatan pengetahuan dan keterampilan berpengaruh pada kemampuan kerja kader dalam melaksanakan kegiatan di posyandu sehingga memberikan kepercayaan pada diri kader untuk memberikan edukasi ke masyarakat (Rani MS, 2023). Berdasarkan hasil wawancara dengan Bidan Kelurahan Candirejo didapatkan informasi sebagian besar kader posyandu lansia usianya sudah tua dan kebanyakan hanya bisa membantu kegiatan posyandu dalam segi teknis. Untuk keterampilan pemeriksaan kesehatan hanya dilakukan oleh beberapa kader saja terutama yang lebih muda dan memiliki pengetahuan serta keterampilan dalam pemeriksaan kesehatan lansia. Berdasarkan fenomena tentang pengetahuan dan keterampilan kader yang masih kurang, maka perlu dilakukan pelatihan pemeriksaan fisik dasar pada lansia dan pembekalan pengetahuan tentang kesehatan lansia terutama penyakit degenerative sebagai upaya meningkatkan kualitas kesehatan lansia melalui kader di Kelurahan Candirejo, Kecamatan Umbaran Barat

2. PERMASALAHAN MITRA

Berdasarkan hasil wawancara dengan 2 kelompok ketua kader posyandu di Kelurahan Candirejo didapatkan data bahwa sebagian besar anggota kader hanya mampu melaksanakan kegiatan secara teknis sedangkan kemampuan untuk memberikan edukasi ke masyarakat belum berani karena keterbatasan pengetahuan yang kuasanya. Masih banyak anggota kader yang kurang mendapatkan kesempatan pelatihan baik keterampilan maupun penambahan pengetahuan tentang kesehatan pada lansia terutama penyakit degenerative yang sering diderita oleh para lansia, juga pemeriksaan tertentu yang hanya bisa dilakukan oleh beberapa kader saja

3. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan program PKM ini dilaksanakan dengan metode pendekatan partisipatif, artinya mitra binaan akan secara aktif dilibatkan dalam setiap tahapan dan kegiatan pembinaan kader yang dilakukan melalui pendidikan kesehatan tentang penyakit degenerative yang kemudian dilanjutkan dengan tindakan melatih melakukan pemeriksaan dasar dan pengukuran tekanan darah. Kader Posyandu Lansia mendapatkan materi tentang penyakit degenerative dan aspek aspek yang dapat meningkatkan kesehatan lansia juga alat pengukur tekanan darah.

Sesuai dengan metode pendekatan yang dilaksanakan maka langkah-langkah yang telah dilakukan yaitu:

1. Survey tempat pengabdian
Survey dilakukan oleh tim pengabdian dengan melakukan koordinasi Badan DesaKelurahan Candirejo dan mendapatkan data awal pada bulan Juni 2024. Sedangkan survey lokasi tempat kegiatan dilakukan pada bulan Juli 2024.
2. Melakukan perijinan ke tempat pengabdian
Tim pengabdian melakukan perijinan ke Kelurahan dengan temmbusan Badan Desa Candirejo
3. Sosialisasi program pengabdian kepada bidan dan kader
Sosialisasi program dilakukan seminggu sebelum pelaksanaan kegiatan tesrsebut dengan melibatkan Badan Desa Candirejo dan para kader Posyandu Lansia
4. Pelaksanaan program kegiatan pengabdian kepada Masyarakat
Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2025 di Posyandu Melati Dusun Siroto Kelurahan Candirejo
5. Evaluasi Pelaksanaan program kegiatan pengabdian kepada Masyarakat
Pemahaman pengetahuan diberikan soal sebelum dan setelah diberikan penyuluhan untuk mengetahui perubahan tingkat pemahaman kader setelah mendapatkan paparan materi. Alat instrument penilaian menggunakan 10 butir soal dalam bentuk pilihan yang berisi semua topic yang disampaikan dalam kegiatan PKM

Untuk kegiatan ini dilaksanakan dengan adanya partisipasi mitra . Adapun partisipasi mitra yang telah dilakukan adalah menyediakan tempat pengabdian dan menyiapkan kader posyandu . Evaluasi kegiatan dilaksanakan pada awal dan akhir kegiatan. Para kader juga melakukan pengukuran tekanan darah secara langsung dengan dibimbing oleh tim PKM.

4. PEMBAHASAN

Hasil

Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2025 bertempat di Posyandu Melati Dusun Siroto, Kelurahan Candirejo. Yang diikuti 28 Kader. Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaan pengabdian dengan memberikan pendidikan Konsep lansia dan konsep penyakit degenerative.. Dalam pelaksanaannya kader sebelum diberikan pendidikan kesehatan dilakukan pre test tentang materi konsep lansia dan penyakit degenerative dan setelah dilakukan pendidikan juga dilakukan post test yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Pengetahuan tentang konsep lansia dan penyakit degenerative pada lansia

Pengetahuan kader sebelum diberikan pendidikan

Tingkat pengetahuan kader posyandu lansia tentang pemahaman konsep lansia dan penyakit degenerative serta upaya meningkatkan kesehatan lansia.

Tabel 5.1. Pengetahuan kader posyandu lansia sebelum diberikan pendidikan

Pengetahuan	Frekwensi (f)	Persentase (%)
Baik sekali	1	3,57 %
Baik	2	7,14 %
Cukup	15	53,57. %
Kurang	10	35,71 %
Total	28	100 %

Berdasarkan Tabel 5.1 didapatkan data pengetahuan kader tentang pemahaman konsep lansia, dan penyakit degenerative dan upaya peningkatan kesehatnya didapatkan hasil pengetahuan baik sekali 3,57 %, Pengetahuan baik sekali 7.14%, pengetahuan cukup 53,57%, dan pengetahuan kurang 35,71 %. Secara keseluruhan pengetahuan kader tentang topik yang disampaikan cukup..

Pengetahuan kader posyandu lansia setelah diberikan pendidikan pengetahuan

Tingkat pengetahuan kader posyandu lansia Kelurahan Candirejo Ungaran tentang pemahaman materi konsep lansia, penyakit degenerative dan upaya peningkatan kesehatan lansia.

Tabel 5.2. Pengetahuan kader posyandu lansia setelah diberikan pendidikan

Pengetahuan	Frekwensi (f)	Persentase (%)
Bail sekali	5	17,8 %
Baik	17	60,71 %
Cukup	6	21,42 %
Kurang	-	0%
Total	28	100 %

Berdasarkan Tabel 5.2. didapatkan data pengetahuan kader posyandu lansia tentang konsep lansia dan penyakit degenerative dan upaya kesehatan lansia didapatkan hasil secara keseluruhan setelah dilakuakn penyuluhan pengetahuan kader posyandu lansia, masuk kategori baik sekali karena jawabanya benar semua dengan jumlah 17,8 % dan pengetahuan baik 60,71 %. Sedangkan pengetahuan cukup 21,42 %.

Dari kedua tabel diatas terlihat adanya perubahan pengetahuan yang pada dasarnya kader telah mengetahui tentang topik yang akan diberikan yang juga telah atau sudah didengar melalui media masa, dan setelah diberikan pendidikan pengetahuan kader tentang topik yang dimaksud pengetahuannya akan meningkat. Sehingga dapat dikatakan terjadi perubahan pengetahuan yang lebih baik dari sebelumnya. Dan pada hasil PKM ini secara keseluruhan kader mampu menjawab benar semua dengan pessenger 17,8 %

Pembahasan

Terdapat pengaruh antara pendidikan dengan tingkat pengetahuan seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh(Damayanti, 2022) , bahwa pendidikan memiliki pengaruh terhadap pengetahuan seseorang tentang subyek yang diteliti dengan nilai signifikan 0,000 dengan nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,42. Seseorang yang telah mendapatkan proses pendidikan dapat mempengaruhi terhadap peningkatan pengetahuan atau pemahaman pada subyek materi yang diberikan atau dipelajari. Semakin seseorang terpapar pendidikan maka akan meningkatkan pula pengetahuanya(Damayanti, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat.R & Agus.I.A, 2021) menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan berpengaruh pada tingkat pengetahuan dan perubahan sikap. Pengaruh ini dapat dilihat dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum dan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan. Pengetahuan dan sikap sebelum dilakukan perlakuan masih kurang baik, namun setelah intervensi pendidikan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap menjadi lebih baik. Maka intervensi pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap. Menurut teori model pengetahuan - sikap, pengetahuan merupakan faktor esensial yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku, dan individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui proses belajar (Hidayat.R & Agus.I.A, 2021).

Dari hasil pengabdian yang telah dilakukan kepada para kader posyandu lansia dapat ditarik kesimpulan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang konsep lansia dan penyakit degenerative tingkat pengetahuan para kader mengalami peningkatan. Secara bervariasi. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu indera penglihatan, indera pendengaran, indera penghidu, indera perasa, dan indera peraba. Paparan pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan kader. Penelitian yang dilakukan juga menguatkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan keterampilan kader(Atriana, 2019).

Untuk memudahkan dalam suatu pemahaman baik berupa pengetahuan maupun keterampilan dibutuhkan motivasi dari peserta pelatihan. Motivasi sendiri merupakan usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar tergerak hatinya untuk melakukan sesuatu guna mencapai hasil atau tujuan tertentu dimana motivasi juga merupakan dorongan, keinginan, perangsang yang menyebabkan orang berbuat atau berbuat dengan cara yang memotivasi. Motivasi belajar dapat memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap proses pembelajaran artinya jika motivasi belajar meningkat maka cenderung akan meningkatkan kompetensinya. Jika kader mendapatkan pengetahuan tentang konsep penyakit degeneratif, maka mereka dapat menjadi pelopor untuk melakukan pendidikan kesehatan secara mandiri ke lansia sehingga kualitas kesehatan lansia dapat ditingkatkan, dan peran aktif dari kader posyandu lansia dalam melaksanakan peran dan tugasnya sebagai kader.



Gambar. Pelaksanaan Kegiatan

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang telah diikuti oleh kader kesehatan lansia kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat dapat berjalan dengan baik dan antusiasme peserta. Sangat bagus Dari hasil kegiatan pendidikan kesehatan dapat disimpulkan sebagai berikut :

Pengetahuan kader tentang konsep lansia dan penyakit degeneratif sebelum dilakukan pre tes didapatkan hasil pengetahuan kader kategori baik sekali 3,57%, kategorit baik 7,14 %, kategori cukup 53,57% dan kategori kurang 35,71%.

Pengetahuan kader penyandu lansia setelah post test mendapatkan hasil pengetahuan dengan kategori baik sekali :17.8 %, dan pengetahuan dengan kategori baik : 60,71 %, dan kategori cukup: 21,42 %.

Secara keseluruhan kader penyandu lansia dikelurahan Candirejo telah mengalami peningkatan pemahaman dan pengetahuan tentang konsep lansia, dan penyakit degenerative pada lansia..

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, sebagai rekomendasi disarankan beberapa hal sebagai tindak lanjut untuk meningkatkan peran kader penyandu lansia dalam upaya pencegahan penyakit degeneratif dan peningkatan kualitas hidup lansia, antara lain:

Peningkatan Kapasitas Berkelanjutan: Kegiatan pelatihan dan pendidikan kesehatan bagi kader perlu dilakukan secara berkala dan berkelanjutan, agar pemahaman tentang lansia dan penyakit degeneratif terus diperkuat dan diperbaharui sesuai perkembangan ilmu kesehatan.

Penyusunan Modul Edukasi: Perlu disusun modul atau panduan praktis berbasis kebutuhan kader yang memuat informasi tentang konsep sehat pada lansia, jenis-jenis penyakit degeneratif, serta cara pencegahannya, untuk digunakan dalam kegiatan posyandu lansia.

Pemantauan dan Evaluasi Berkala: Diperlukan sistem monitoring dan evaluasi terhadap pelaksanaan peran kader setelah kegiatan pendidikan ini, guna memastikan materi yang telah diberikan benar-benar diterapkan di lapangan.

Kolaborasi Lintas Sektor: Dinas kesehatan dan pemerintah setempat diharapkan dapat memperkuat koordinasi lintas sektor dalam mendukung peran kader, terutama dalam hal penyediaan sarana, prasarana, serta dukungan teknis di tingkat kelurahan.

Pengembangan Program Inovatif: Diperlukan pengembangan program-program inovatif berbasis komunitas seperti senam lansia, kelas gizi, dan kunjungan rumah oleh kader untuk memantau kesehatan lansia secara lebih aktif dan preventif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan support, Bidan Candirejo, Kader Posyandu Lansia yang telah memberikan kontribusi serta kerjasama yang baik dalam kegiatan ini, juga teman-teman dan mahasiswa tim PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa H. (2024). *Penyakit Lansia Yang Sering Terjadi*. Hello Sehat. <https://hellosehat.com/lansia/masalah-lansia/penyakit-pada-lansia>.
- Atriana, et al. (2019). Hubungan Pengetahuan Dengan Keterampilan Kader dalam dalam menimbang bayi dan balita. *Jurnal Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malayahati Bandar Lampung*, 5(4), 333–337.
- Bahtiyar. (2023). eningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Pengelolaan dan manajemen Posyandu Lansia Pada Kader Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih STIKES Dirgahayu*, 4(2), 23–28.
- Damayanti. (2022). Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Di Dusun Sumberan Sedayu Bantul Tentang Pencegahan Covid-19. *Majalah Farmasetik*.
- Dita MP. (2024). Peningkatan Peran Kader Posyandu Lansia Dalam Memberikan Pengetahuan Kesehatan Lansia di Desa Cijagung. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 8(2).
- Hidayat.R, & Agus.I.A. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Sikap Dosen Dan Karyawan dalam Mematuhi protokol Kesehatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) PPNI*, 4(1), 919–926.
- Ida U. (2020). *Buku Kader Menuju Lansia Sehat dan Mandiri*. PKU Muhammadiyah dan Kemeristekdikti.
- Kemendes RI. (2021). *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Posyandu Usila Lanjut dan Posbindu PTM Terintegrasi*. Kemendes Ri.
- Nindiya R.S et.al. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia tahun 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Noerul I. (2023). *Peran Kader di Posyandu Lansia Untuk Lansia Sehat Bahagia*. RSJiwa Dr. Radjiman Widioningrat Lawang.
- Prasetyo, M. (2020). *Buku Lansia*. LP3M UNY.
- Rani MS. (2023). Hubungan Pendidikan dan Pengetahuan Kader Posyandu Dengan Kemampuan Deteksi Dini Di Wilayah Kerja Puskesmas Cgada Mekar Kabupaten Kuningan 2023. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira-Cendekia*, 9(2), 406–4017.