

Dampak Posyandu Lansia terhadap Pencegahan Penyakit Kronis pada Usia Lanjut : Studi Kasus Posyandu Lansia di Kelurahan Kutaraya Ogan Komering Ilir

Arie Anggraini*¹, Wayan Prabowo², Miftahul Jannah³, Leri Pariski⁴, Lega Purnamasari⁵, Lau'rentia Steveni'a⁶, Mardiana⁷, Melsi Emilia⁸, Desi Priyanti⁹, Na'il Ammamshun Alyahya Putra¹⁰, Nazjwa Azzahara Karimulah¹¹, Puput Meiliani¹², Rahel Monica¹³, Intan Ali Hanafiyah¹⁴, M.Riza Nico Albaji¹⁵

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15} Universitas Kader Bangsa

*e-mail: kkn09desakutaraya@gmail.com

Abstrak

Populasi lansia di dunia terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia harapan hidup, yang berdampak pada meningkatnya prevalensi penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes mellitus. Jiwa dengan laju 1,05% per tahun meningkatkan risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes mellitus. Studi kasus ini mengevaluasi efektivitas Posyandu Lansia Kelurahan Kutaraya, Ogan Komering Ilir, dalam pencegahan penyakit kronis melalui pendekatan partisipatif selama 12 hari (2-14 Februari 2026), dengan fokus penyuluhan edukasi dan pelatihan kader pada 9 Februari 2026. Metode mencakup tahap persiapan, implementasi, dan evaluasi menggunakan desain pre-post test pengetahuan lansia (target peningkatan $\geq 25\%$), absensi partisipasi ($\geq 80\%$), serta observasi perilaku kader. hasilnya Sebelum penyuluhan, mayoritas lansia belum memahami deteksi dini penyakit kronis. Pasca-kegiatan, mereka mampu mengulang materi dan termotivasi rutin mengikuti Posyandu Lansia. Kesimpulannya Posyandu lansia berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pencegahan penyakit kronis serta mendorong partisipasi aktif dalam upaya promotif dan preventif kesehatan.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Ogan Komering Ilir, Pencegahan Penyakit Kronis, Posyandu Lansia, Studi Kasus.

Abstract

The world's elderly population continues to increase along with increasing life expectancy, which has an impact on the increasing prevalence of chronic diseases such as hypertension and diabetes mellitus. A rate of 1.05% per year increases the risk of chronic diseases such as hypertension and diabetes mellitus. This case study evaluates the effectiveness of the Elderly Posyandu in Kutaraya Village, Ogan Komering Ilir, in preventing chronic diseases through a participatory approach for 12 days (February 2-14, 2026), with a focus on educational counseling and cadre training on February 9, 2026. The method includes the preparation, implementation, and evaluation stages using a pre-post test design of elderly knowledge (target increase $\geq 25\%$), participation absence ($\geq 80\%$), and observation of cadre behavior. The results Before the counseling, the majority of elderly did not understand the early detection of chronic diseases. After the activity, they were able to repeat the material and were motivated to regularly attend the Elderly Posyandu. In conclusion, the Elderly Posyandu plays an important role in increasing the knowledge and awareness of the elderly regarding chronic disease prevention and encouraging active participation in health promotion and prevention efforts.

Keywords: Health Education, Ogan Komering Ilir, Chronic Disease Prevention, Elderly Posyandu, Case Study.

1. PENDAHULUAN

Penduduk dunia mengalami peningkatan jumlah setiap hari, dengan bertambahnya populasi manusia dipengaruhi oleh pertumbuhan penduduk yang diperkirakan sampai 1 miliar selama 300 tahun terakhir. Saat ini, jumlah penduduk dunia diperkirakan menyentuh angka 8 miliar dengan rata-rata pertumbuhan sebesar 1,05 % setiap tahunnya. Posyandu Lansia (Pos Pelayanan Terpadu Lanjut Usia) merupakan salah satu layanan kesehatan di Indonesia yang berfokus pada kesehatan para lansia. Dalam konteks pemecahan hipertensi, posyandu lansia memainkan peran penting melalui berbagai program. Tujuannya untuk menganalisis implementasi posyandu lansia dalam mencegah penyakit lansia. Salah satu masalah kesehatan yang umum ditemui yaitu pada lansia, maka perlu dilakukan program kegiatan posyandu pada lansia. Usia lanjut (lansia) adalah sebuah tahapan hidup seseorang yang akan dialami oleh setiap manusia. *World Health Organization* (WHO) membagi lansia kedalam 4 kelompok [1].

Posyandu lanjut usia adalah realisasi pelayanan kesehatan berbasis masyarakat pada kelompok lanjut usia, yang menitik beratkan pada kesehatan fisik dan psikologis agar lanjut usia lebih Sejahtera. Pelayanan kesehatan bertujuan agar lanjut usia dapat mengetahui kondisi tubuhnya dan melakukan pencegahan apabila terdapat gejala penyakit [2]. Program pencegahan penyakit kronis adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS. Berdasarkan informasi dari kepala puskesmas bahwa program lansia yang diselenggarakan sudah diberlakukan yaitu dengan program pengelolaan penyakit kronis [3].

Dampak yang dapat kendala seperti pengetahuan lansia rendah, jarak posyandu, dukungan keluarga sebaiknya disertai data penelitian sebelumnya, atau statistic pemanfaatan posyandu lansia seperti pengetahuan lansia yang rendah tentang manfaat posyandu, jarak rumah dengan lokasi posyandu yang sulit dijangkau, dukungan keluarga yang kurang, sikap kader atau petugas kesehatan, serta ada tidaknya sarana dan prasarana yang dibutuhkan [4].

2. METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan pembelajaran secara langsung. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di posyandu lansia Kelurahan Kutaraya, Kabupaten Ogan Komering Ilir, dengan menargetkan lanjut usia (lansia) sebagai sasaran utama. Pada rangkaian kegiatan ini dilakukan selama 13 hari tepatnya pada tanggal 2 Februari sampai 14 Februari 2026 dengan jumlah peserta 14, laki-laki 3 dan Perempuan 11. Tahapan meliputi persiapan (hari 1 sampai 3: perijinan, survei awal, identifikasi populasi, perumusan masalah penyakit kronis, perencanaan), implementasi (hari 4: penyuluhan edukasi posyandu lansia dengan pelatihan kader pencegahan), dan evaluasi (hari 10 sampai 12: monitoring pasca kegiatan).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan edukasi kesehatan di Kelurahan Kutaraya, Ogan Komering Ilir, berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia tentang pentingnya pemeriksaan rutin untuk mencegah penyakit kronis [5]. Peningkatan pemahaman peserta terlihat pada pengertian pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan berat badan berkala, disertai pola makan seimbang serta aktivitas fisik ringan untuk mencegah hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung [6].

Hasil evaluasi sebelum penyuluhan, mayoritas lansia belum paham deteksi dini penyakit kronis. Pasca-kegiatan, mereka mampu mengulang materi dan termotivasi rutin mengikuti Posyandu Lansia. Kader juga lebih memahami peran monitoring kesehatan lansia di komunitas. Selain itu, Kurangnya edukasi sebelumnya dan anggapan pemeriksaan hanya saat sakit menjadi hambatan utama. Pendekatan promotif-preventif terbukti krusial mengurangi risiko komplikasi kronis.

Rendahnya partisipasi lansia dalam pemeriksaan kesehatan sebelumnya disebabkan oleh kurangnya edukasi serta persepsi bahwa pemeriksaan hanya diperlukan saat sakit. Padahal, upaya promotif dan preventif sangat penting dalam menurunkan risiko komplikasi penyakit kronis pada usia lanjut. Terhadap beberapa kendala seperti keterbatasan alat pemeriksaan kesehatan dan rendahnya kebiasaan lansia untuk melakukan kontrol rutin. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi berkelanjutan serta penguatan kapasitas kader kesehatan untuk memastikan keberlangsungan upaya promotif dan preventif [7].

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan penyampaian interaktif langsung efektif meningkatkan kesadaran masyarakat, didukung peran kader sebagai pendamping untuk keberlanjutan program [8]. Kendala seperti alat pemeriksaan terbatas dan kebiasaan kontrol rendah diatasi melalui edukasi berkelanjutan dan penguatan kapasitas kader. Edukasi via Posyandu Lansia secara signifikan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan motivasi lansia untuk kesehatan mandiri [9].

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Posyandu Lansia



4. KESIMPULAN

Dampak dari posyandu lansia berjumlah besar bukan hanya tentang pencegahan akan tetapi tentang ketenangan di usia lanjut (lansia) edukasi tentang kesehatan pada lansia dan pentingnya cek kesehatan rutin pada posyandu lansia di Kelurahan Kutaraya telah berhasil meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan di usia lanjut. Melalui pendekatan partisipatif, edukasi ini memberikan dampak terhadap wawasan baru kepada masyarakat betapa pentingnya posyandu dan cek kesehatan secara rutin bukan hanya cek kesehatan disaat sakit saja. Namun terdapat beberapa kendala yang masih perlu diatasi seperti edukasi berkelanjutan, pendamping lansia, dan akses informasi terhadap lansia, dan informasi yang mudah diakses oleh lansia. Dengan adanya program ini diharapkan dapat berdampak terhadap kesejahteraan dan kesehatan pada usia lanjut (lansia).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Masyarakat Kelurahan Kutaraya Ogan Komering Ilir atas dukungan fasilitas, izinnya untuk melakukan kegiatan ini dan sudah meluangkan waktu untuk membantu pelaksanaan penyuluhan kami. Ucapan terimakasih juga kepada dosen pembimbing dan semua pihak yang telah memberikan arahan, dukungan dan kontribusi sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Amalia and Sjarqiah, "Gambaran Karakteristik Hipertensi Pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2020.," *Muhammadiyah J. Geriatr.*, vol. 3, no. 2, p. 62., 2023.
- [2] J. S. Masada, "Pengembangan program posyandu lansia dengan aplikasi pendekatan program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) di wilayah kerja puskesmas rancaekek (studi kualitatif)," vol. XII, 2020.
- [3] A. Serapuh, "IMPLEMENTASI PROGRAM POSYANDU LANSIA DALAM," vol. 8, pp. 5370-5379, 2024.
- [4] L. Rahmawati, "Pengaruh keaktifan lansia dalam Posyandu terhadap kualitas hidup.," *J. Mahakarya Husada*, vol. 7, no. 2, pp. 1334-1345., 2024.
- [5] W. Ahmadyadi, "Dampak edukasi langsung terhadap perubahan perilaku kesehatan lansia di komunitas pedesaan.," *Heal. Sci. J. Indones.*, vol. 13, no. 1, pp. 15-28..
- [6] A. Handayani, "Efektivitas penyuluhan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesadaran deteksi dini penyakit kronis.," 2024, vol. 12, no. 3, pp. 45-56..
- [7] Nugroho., "Pendekatan promotif-preventif melalui edukasi interaktif untuk pencegahan hipertensi pada lansia.," *Media Kesehat. Masy. Indones.*, vol. 7, no. 1, pp. 30-42., 2023.
- [8] Sari, "Strategi penguatan kapasitas kader Posyandu Lansia untuk program berkelanjutan," *J. Pengabd. Kpd. Masyarakat*, vol. 9, no. 2, pp. 67-80., 2022.
- [9] E. Putri and Rahman, "Peningkatan pengetahuan pola makan sehat dan aktivitas fisik lansia pasca-penyuluhan Posyandu.," *J. Ilmu Kesehat. Masyarakat*, vol. 15, no. 1, pp. 78-89., 2022.