

ORIGINAL ARTICLE

POSYANDU CERDAS : PENINGKATAN PERAN KADER LANSIA DALAM DETEKSI DINI DAN EDUKASI DIABETES DAN HIPERTENSI

Yuniar Angelia Puspadewi^{1*}, Jiarti Kusbandiyah¹

¹STIKES Widyagama Husada Malang

Corresponding author:

Yuniar Angelia Puspadewi

STIKES Widyagama Husada Malang

Email:

yuniarangelia80@widyagamahusada.ac.id

Article Info:

Dikirim: 02 Desember 2025

Ditinjau: 12 April 2026

Diterima: 27 April 2026

DOI:

<https://doi.org/10.33475/mhjcs.v5i1.67>

Abstrak

Deteksi dini penyakit tidak menular merupakan cara untuk mengetahui faktor resiko terjadinya penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes dan hipertensi merupakan masalah kesehatan utama pada lansia. Posyandu lansia “wijaya kusuma 14” memiliki kader lansia sebanyak 10 orang dengan latar belakang pendidikan dan pekerjaan yang berbeda. Kendala yang di hadapi oleh mitra adalah bahwa dari 10 kader lansia tersebut belum pernah mendapatkan edukasi terkait penyakit diabetes dan hipertensi sehingga mereka belum mampu menjawab atau membantu sepenuhnya bagi lansia yang memiliki kedua penyakit tersebut. Jadi mitra merasa perlu upgrade ilmu terkait bagaimana pengelolaan secara dini atau deteksi secara dini terkait penyakit diabetes dan hipertensi. Kegiatan deteksi dini penyakit tidak menular sangat penting dilakukan guna membantu pemerintah dalam mengendalikan dan mencegah terjadinya peningkatan penyakit tidak menular melalui pengabdian masyarakat “Posyandu Cerdas”. Metode dan Tahapan Pelaksanaan Pengabdian adalah sebagai berikut sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi inovasi, pendampingan dan evaluasi serta keberlanjutan program. Berdasarkan rangkaian kegiatan didapatkan hasil menunjukkan persentase pengetahuan kader yang tergolong baik, naik dari 50% menjadi 80% setelah diberikan edukasi. Persentase pengetahuan kader yang tergolong cukup, turun dari 30% menjadi 20% dan persentase yang tergolong kurang juga turun dari 20% menjadi 0%.

Kata Kunci: Posyandu cerdas; Kader; Lansia; Diabetes; Hipertensi

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular adalah penyakit yang tidak ditularkan dari individu ke individu lain. Perubahan pola makan, merokok, konsumsi alkohol dan kurangnya aktivitas merupakan faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular. Deteksi dini penyakit tidak menular merupakan cara untuk mengetahui faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes dan hipertensi merupakan masalah kesehatan utama pada lansia. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes meningkat hingga 10.9% sedangkan hipertensi dikenal sebagai “silent killer” karena sering tidak disadari hingga menimbulkan komplikasi serius seperti serangan stroke dan gagal ginjal. Penyakit Tidak Menular (PTM) telah menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia khususnya di negara-negara maju dan negara berkembang. Besarnya biaya pengobatan dan perawatan, rendahnya daya beli masyarakat, perilaku dan pola hidup masyarakat yang tidak sesuai dengan pola hidup sehat menjadi faktor yang mempengaruhi tingginya angka kesakitan dan kematian PTM di Indonesia. Kondisi ini memerlukan perhatian yang serius dari pemerintah dalam hal ini keterpaduan lintas sektor terkait, masyarakat dan dunia usaha untuk mencegah dan mengendalikan laju pertambahan angka kesakitan dan kematian akibat PTM. Menurut Badan Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO), kematian akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia, peningkatan terbesar akan terjadi di negara-negara menengah dan miskin. Lebih dari dua pertiga (70%) dari penduduk dunia akan meninggal akibat penyakit tidak menular seperti kanker, penyakit jantung dan pembuluh darah, stroke dan diabetes. Dalam jumlah total, pada tahun 2030 diprediksi akan ada 52 juta jiwa kematian per tahun karena penyakit tidak menular (PPTM, 2012).

Diabetes mellitus (DM) adalah suatu penyakit tidak menular ditandai dengan adanya hiperglikemia yang disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi atau menggunakan insulin secara efektif (Budianto et al. 2022). Para pemimpin di dunia menyampaikan bahwa penyakit DM ini merupakan salah satu kesehatan utama yang memerlukan perhatian serius (WHO, 2016). Menurut International Diabetes Federation (IDF) dalam buku Atlas versi kesepuluh, pada tahun 2021, lebih dari 537 juta orang di seluruh dunia hidup dengan DM, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 643 juta pada tahun 2030, serta 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2019).

Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat mengancam jiwa dan menjadi penyebab kematian dari semua umur di Indonesia. Hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat (Public Health Problem) dan akan menjadi masalah yang lebih besar jika tidak ditanggulangi sejak dini (Natalia et al., 2015). Faktor genetik, lingkungan, kurangnya aktivitas dan perubahan gaya hidup merupakan faktor yang menyebabkan terjadinya penyakit tidak menular. Perubahan perilaku atau pola hidup yaitu kebiasaan makan makanan cepat saji, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan kurangnya aktivitas merupakan pemicu utama terjadinya penyakit tidak menular. Penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit ginjal merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi silent killer dan ancaman bagi masyarakat (Asmin, Tahitu, Que, & Astuty, 2021).

Posyandu lansia memiliki peran yang strategis dalam mendeteksi secara dini dan memberikan edukasi kesehatan bagi lansia. Namun, keterbatasan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu menjadi kendala dalam mengoptimalkan peran tersebut. Posyandu lansia “wijaya kusuma 14” memiliki kader lansia sebanyak 8 orang dengan latar belakang pendidikan dan pekerjaan yang berbeda serta jumlah kunjungan posyandu lansia setiap bulannya kurang lebih 25-30 lansia. Kendala yang

di hadapi oleh mitra adalah bahwa dari 8 kader lansia tersebut belum pernah mendapatkan edukasi terkait penyakit diabetes dan hipertensi sehingga mereka belum mampu menjawab atau membantu sepenuhnya bagi lansia yang memiliki kedua penyakit tersebut. Jadi mitra merasa perlu upgrade ilmu terkait bagaimana pengelolaan secara dini atau deteksi secara dini terkait penyakit diabetes dan hipertensi. Kegiatan deteksi dini penyakit tidak menular sangat penting dilakukan guna membantu pemerintah dalam mengendalikan dan mencegah terjadinya peningkatan penyakit tidak menular. Program pemerintah pada tahun 2020 menekankan pada program pencegahan dan pengendalian penyakit menular dengan mengupayakan deteksi dini faktor resiko PTM (Dinas Kesehatan, 2020).

Kader merupakan orang terdekat yang berada di tengah-tengah masyarakat yang diharapkan dapat memegang peran penting khususnya yang berkaitan dengan masalah kesehatan. Kader kesehatan adalah tenaga sukarela yang dipilih oleh masyarakat dan bertugas mengembangkan masyarakat (Pakasi dkk, 2016). Peran serta kader dalam surveilan penyakit dan masalah kesehatan adalah melakukan pemantauan, pencatatan untuk menemukan gejala dan masalah kesehatan, melaporkan dan melakukan upaya pencegahan dan penanganan sederhana (Setiyaningsih dan Surati, 2019). Deteksi dini dan penyuluhan kesehatan diabetes mellitus dan hipertensi pada lansia dapat dilakukan melalui berbagai metode yang melibatkan kader posyandu. Pendekatan persuasif dan interaktif seperti diskusi kelompok, tanya jawab, dan simulasi dapat digunakan dalam kegiatan penyuluhan (Suprpto et al., 2022). Program posyandu lansia juga dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual pada lansia (Cahyadi et al., 2022).

METODE

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Posyandu Lansia Wijaya Kusuma 14 Singosari pada hari Sabtu, 30 Agustus 2025. Sasaran kegiatan ini adalah semua kader lansia wijaya kusuma 14 sejumlah 10 kader.

Metode kegiatan ini berupa edukasi tentang penyakit diabetes dan hipertensi kemudian dilanjutkan dengan pelatihan tentang bagaimana deteksi secara dini penyakit diabetes dan hipertensi dengan membimbing kader melakukan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sesaat. Penerapan teknologi inovasi berupa leaflet, buku saku, poster dan KMS lansia. Instrumen untuk mengukur pengetahuan yaitu berupa kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan deteksi dini dan edukasi diabetes dan hipertensi di Posyandu lansia wijaya kusuma 14 Singosari dilakukan dengan beberapa rangkaian, yaitu:

1. Tahap persiapan

Pada tahapan ini berfokus pada perencanaan, perizinan dan penyiapan segala sumber daya yang diperlukan agar kegiatan PkM dapat berjalan dengan lancar dan tepat sasaran. Pengabdian melakukan survei dan analisis kebutuhan dengan mengumpulkan data melalui wawancara kepada ketua kader lansia mengenai jumlah kader, jumlah lansia, prevalensi penyakit diabetes dan hipertensi. Setelah itu pengabdian menyusun proposal PkM secara lengkap dan melanjutkan dengan mengurus surat perizinan dan permohonan kerjasama resmi kepada mitra yaitu ketua kader posyandu lansia. Persiapan selanjutnya adalah menyiapkan materi edukasi leaflet, buku saku, poster, KMS Lansia, serta sarana prasarana penunjang kegiatan yaitu tensimeter digital, glukometer, stik gula darah dan metlin untuk mengukur lingkar perut dan lingkar lengan. Persiapan terakhir adalah koordinasi dengan mitra terkait waktu dan tempat pelaksanaan PkM.



Gambar 1. Tahap Persiapan Penyuluhan

2. Tahap pelaksanaan

Tahap ini adalah inti dari program, di mana proses transfer pengetahuan dan peningkatan keterampilan kader lansia dilakukan yaitu pada hari Sabtu, 30 Agustus 2025 jam 09.00-11.30 bertempat di Balai RW 14 Mondoroko Singosari. Jumlah kader posyandu lansia yang hadir sejumlah 10 orang kader.



Gambar 2. Presensi Kehadiran Kader

a. Edukasi Tentang Diabetes dan Hipertensi

Sebelum pemberian edukasi tim pengabdian melakukan pre test terlebih dahulu kepada para kader posyandu lansia untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan dasar para kader tentang Diabetes dan Hipertensi menggunakan kuesioner. Setelah itu dilaksanakan edukasi pengetahuan dasar tentang Diabetes dan Hipertensi dengan menggunakan metode ceramah interaktif, tanya jawab dan pembagian leaflet dan buku saku edukasi.



Gambar 3. Pengisian pre-test



Gambar 4. Pembagian Buku Saku, Leaflet, KMS Lansia

b. Keterampilan deteksi dini diabetes dan hipertensi

Dalam hal pelatihan keterampilan deteksi dini tim pengabdian melakukan demonstrasi mengenai cara pengukuran tekanan darah, cara pemeriksaan gula darah sewaktu serta cara mengukur lingkaran perut dan lingkaran lengan yang benar. Setelah pelatihan keterampilan kemudian dilanjutkan dengan evaluasi pelaksanaan kegiatan edukasi pengetahuan yaitu dengan membagikan kuesioner post test.



Gambar 5. Pemeriksaan Tekanan Darah dan Gula Darah

3. Tahap evaluasi edukasi dan keterampilan kader

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil jawaban dari soal Pre-test dan post-test yang sudah dikerjakan oleh kader. Sebelum diberikan edukasi, nilai terendah sebesar 50 dan tertinggi adalah 90. Setelah dilakukan edukasi terdapat peningkatan nilai yang berarti ada peningkatan pengetahuan kader dengan nilai terendah adalah 70 dan nilai tertinggi adalah 100.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Kader Posyandu Lansia tentang Diabetes dan Hipertensi (Sebelum dan sesudah diberikan Edukasi)

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	N	%	N	%
Baik (80-100)	5	50%	8	80%
Cukup (60-79)	3	30%	2	20%
Kurang (<60)	2	20%	0	0%
Total	10		10	

Berdasarkan Tabel 1, persentase pengetahuan kader yang tergolong baik, naik dari 50% menjadi 80% setelah diberikan edukasi. Sedangkan persentase pengetahuan kader yang tergolong cukup dan kurang mengalami penurunan. Persentase pengetahuan kader yang tergolong cukup, turun dari 30% menjadi 20% dan persentase yang tergolong kurang juga turun dari 20% menjadi 0%.

Secara keseluruhan, menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang jelas dan positif pada tingkat pengetahuan kader setelah diberikan edukasi. Hal tersebut ditunjukkan oleh ada peningkatan jumlah kader dengan pengetahuan baik dan tidak adanya kader yang memiliki pengetahuan kurang setelah diberikan edukasi.

Pelaksanaan evaluasi dalam skrining keterampilan kader posyandu lansia seperti tekanan darah, gula darah sewaktu, lingkaran perut dan lingkaran lengan dilakukan saat pelaksanaan Posyandu Lansia yaitu pada hari Senin, 22 september 2025 dengan pendampingan dan supervisi langsung di lapangan.



Gambar 6. Presensi dan Penimbangan Berat Badan oleh Kader Lansia



Gambar 7. Pengukuran Lingkaran Perut dan Lingkaran Lengan oleh Kader Posyandu Lansia

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan mitra kader dengan permasalahan kurangnya pengetahuan kader tentang deteksi dini penyakit tidak menular yaitu hipertensi dan diabetes melitus dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu sosialisasi, pelatihan seteksi dini, pendampingan dan evaluasi serta keberlanjutan program. Setelah dilakukan pelatihan, pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia terkait kemampuan deteksi dini penyakit hipertensi dan diabetes meningkat. Keberlanjutan program perlu kolaborasi dengan berebagai elemen yaitu lansia, kader posyandu, aparat desa, puskesmas dan institusi pendidikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memperoleh pendanaan STIKES Widyagama Husada dengan skema hibah internal kegiatan PKM bagi dosen. Tim pengabdi mengucapkan terima kasih kepada seluruh kader posyandu lansia wijaya kusuma 14 mondoroko singosari yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Risikesdas. (2018). Laporan Risikesdas 2018.
- PPTM, D. (2012). "Buletin Jendela Data Informasi Kesehatan Penyakit Tidak Menular." Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, pp. 1–48. Available at: <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-ptm.pdf>
- WHO Global Report. (2016). Global Report on Diabetes.
- World Health Organization. (2016). Global Report on Diabetes.
- Budianto, R. E., Linawati, N. M., Arijana, I. G. K. N., Wahyuniari, I. A. I., & Wiryawan, I. G. N. S. (2022). Potensi Senyawa Fitokomia pada Tanaman dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Diabetes Melitus. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(5), 548-556.
- Diabetes Federation International. (2019). IDF Diabetes Atlas Ninth Edition 2019. International Diabetes Federation.
- Natalia, D., Hasibuan, P., & Hendro, H. (2015). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Sintang, Kalimantan Barat. *CDK: Cermin Dunia Kedokteran*, 42(5), 336–339. <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/1008/729>
- Asmin, E., Tahitu, R., Que, B. J., & Astuty, E. (2021). Penyuluhan Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat. *Communnity Development Journal*, 2(3), 940–944.
- Pakasi, A. M., Korah, B. H., & Imbar, H. S. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Kader Kesehatan Dengan Pelayanan Posyandu. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 4(1), 15±21. <https://ejurnal.poltekkesmanado.ac.id/in>
- Suprpto, S., Mulat, T., & Yuriatson, Y. (2022). Kompetensi kader posyandu lansia melalui pelatihan dan pendampingan. *Abdimas Polsaka*, 1(2), 39-44. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i2.15>
- Setyowati, D., Tri, M., & Swandari, K. (2019). Pelatihan Kader CERDIK Sebagai Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Peningkatan Tekanan Darah di Dusun Tembok Desa Menganti Kabupaten Cilacap. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, I(2), 82–90.
- Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., & Anggraini, W. (2022). Menjaga kesehatan fisik dan mental lanjut usia melalui program posyandu lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 52-60. <https://doi.org/10.32492/dimas.v1i1.568>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Analisis Lansia Di Indonesia Tahun 2017. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- KemenKes RI. (2016). PTM Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia (p. 10). p. 10. Retrieved from <http://p2ptm.kemkes.go.id>
- Kemenkes. (2019). Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular. 2.
- Sehat. (2020). Resiko Penyakit Tidak Menular Berdasarkan Klasifikasi umur menurut WHO. Retrieved from <https://www.sehatq.com/artikel/risiko-penyakit-berdasarkan-klasifikasi-umur-menurut-who>

Cite this article as: Puspawati et al., (2026). Posyandu Cerdas : Peningkatan Peran Kader Lansia Dalam Deteksi Dini Dan Edukasi Diabetes Dan Hipertensi. *Media Husada Journal of Community Service*. Vol. 5(No.1), 19-24. <https://doi.org/10.33475/mhjcs.v5i1.67>