

## Optimalisasi sarana prasarana dan pendampingan kaderisasi sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan lansia

Rahmita Nuril Amalia<sup>1</sup>, Tri Arini<sup>1</sup>, Faisal Sangadji<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKES YKY Yogyakarta

E-MAIL: [rahmimiranurilamalia@stikesyky.ac.id](mailto:rahmimiranurilamalia@stikesyky.ac.id)

Accepted: 10-1-2025

Review: 16-02-2025

Published: 30-06-2025

### Abstrak

Upaya peningkatan derajat kesehatan lansia merupakan tantangan penting di masyarakat, terutama di Dusun Krpyak Wetan, Panggungharjo, Sewon, Bantul. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengoptimalkan sarana dan prasarana serta meningkatkan keterampilan kader di Posyandu Lansia Asih Wreda. Metode yang digunakan mencakup survei kebutuhan, pelatihan kader, dan evaluasi penggunaan sarana kesehatan. Hasil menunjukkan bahwa optimalisasi sarana dan prasarana, seperti penyediaan alat ukur kesehatan dan peningkatan akses informasi kesehatan, berperan signifikan dalam meningkatkan layanan kesehatan bagi lansia. Selain itu, pelatihan keterampilan kader dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dasar dan penyuluhan kesehatan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader dalam memberikan pelayanan. Dengan demikian, upaya ini diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan lansia secara berkelanjutan dan memberikan dampak positif bagi kualitas hidup mereka.

**Kata kunci:** Kesehatan lansia, keterampilan kader, pelatihan, posyandu, sarana dan prasarana

### Abstract

*Efforts to improve the health of the elderly are an important challenge in the community, especially in Dusun Krpyak Wetan, Panggungharjo, Sewon, Bantul. This community service aims to optimize facilities and infrastructure and improve the skills of cadres at the Asih Wreda Lansia Posyandu. The methods used include needs surveys, cadre training, and evaluation of the use of health facilities. The results show that optimizing facilities and infrastructure, such as providing health measuring instruments and increasing access to health information, plays a significant role in improving health services for the elderly. In addition, training cadre skills in conducting basic health checks and health education has succeeded in improving the knowledge and abilities of cadres in providing services. Thus, this effort is expected to improve the health of the elderly in a sustainable manner and have a positive impact on their quality of life.*

**Keywords:** Cadre skills, elderly health, facilities and infrastructure, posyandu, training

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan lansia merupakan salah satu aspek penting dalam upaya pembangunan kesehatan masyarakat. Seiring dengan bertambahnya usia, individu mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Di Indonesia, jumlah lansia terus meningkat, sehingga diperlukan perhatian khusus untuk meningkatkan derajat kesehatan mereka.

Pedukuhan Krpyak Wetan Panggungharjo Sewon Bantul merupakan pedukuhan yang terdiri dari 12 RT. Salah satu Posyandu yang ada di Pedukuhan Krpyak Wetan

adalah Posyandu Asih Wreda. Posyandu ini didirikan pada tahun 1996, dan terletak di Krapyak Wetan RT 04 No. 110, Dusun Krapyak Wetan, Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon.

Posyandu Asih Wreda memiliki visi “Terwujudnya lansia yang sehat, taqwa, mandiri, dan berdaya guna dalam menjalani kehidupan dihari tua”, dengan misi “1. Menyelenggarakan pelayanan kesehatan Posyandu bagi lansia untuk meningkatkan kesehatan fisik, sosial dan spiritual untuk mencapai peningkatan usia harapan hidup; 2. Melaksanakan kegiatan promosi kesehatan bagi lansia melalui kerjasama dengan Puskesmas, institusi pendidikan kesehatan, atau instansi yang terkait lainnya; 3. Melaksanakan tata kelola yang baik dalam layanan Posyandu lansia”.

Kegiatan Posyandu Lansia Asih Wreda dilaksanakan setiap bulan pada Minggu ke-2 jam 06.00-09.00 WIB, ditambahkan dengan kegiatan senam lansia yang diselenggarakan setiap hari Jumat jam 16.00-17.00 WIB. Posyandu Lansia Asih Wreda juga memiliki kegiatan inovasi berupa kegiatan pelayanan kerohanian, olahraga, maupun kesenian. Jumlah kader yang dimiliki oleh Posyandu Lansia Asih Wreda adalah sejumlah 32 orang dengan latar belakang pendidikan SMA sampai dengan perguruan tinggi. Jumlah lansia yang dikelola oleh Posyandu adalah sejumlah 350 orang baik laki-laki dan perempuan. Sarana dan prasarana yang dimiliki berupa lahan dan bangunan seluas 362 m<sup>2</sup>, alat ukur berat badan 1 buah, tensimeter digital 2 buah, stature digital 1 buah, tape speaker 1 buah, mangkuk 50 buah, sendok, 50 buah, gelas 50 buah, dan tempat minum 1 buah.

Berdasarkan profil Posyandu Lansia Asih Wreda dan survey awal pada diketahui bahwa jumlah sarana dan prasarana kesehatan yang dimiliki oleh Posyandu kurang memadai jika dibandingkan dengan jumlah lansia yang harus dikelola pada setiap kegiatan. Kader mengatakan, bahwa ketersediaan sarana dan prasarana Posyandu ini sangat mendukung berjalannya skrining kesehatan lansia agar tercapai optimal. Kader juga merasa keterampilan dan pengetahuan tentang pengelolaan Posyandu Lansia dan kesehatan perlu diperbaharui lagi karena telah lama tidak mendapatkan tambahan ilmu baru.

Optimalisasi sarana dan prasarana kesehatan, seperti penyediaan alat ukur kesehatan yang memadai dan akses informasi yang baik, sangat penting untuk mendukung layanan kesehatan yang berkualitas. Selain itu, peningkatan keterampilan kader melalui pelatihan dan edukasi dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan pelayanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia secara berkelanjutan serta memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kualitas hidup mereka dan masyarakat secara keseluruhan.

## 2. METODE

Pengabdian ini akan dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan kolaboratif, yang melibatkan seluruh elemen masyarakat, terutama lansia dan kader posyandu, dalam setiap tahapan kegiatan (Agus Afandi, *at all*, 2022). Dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan lansia melalui optimalisasi sarana prasarana dan pendampingan kaderisasi, kegiatan ini akan dilaksanakan melalui beberapa langkah utama. Pertama, optimalisasi sarana prasarana posyandu lansia. Kegiatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa Posyandu Lansia Asih Wreda memiliki fasilitas yang memadai untuk menunjang kegiatan kesehatan lansia. Langkah pertama adalah penilaian kondisi yang ada, termasuk alat kesehatan berupa KMS, timbangan, pengukur tekanan darah, pengukur glukosa

darah, dan pengukur kolesterol. Selain itu, pengabdian juga meningkatkan akses informasi kesehatan dengan menyediakan materi edukasi yang relevan dan mudah dipahami oleh lansia.

Kedua, pendampingan dan kaderisasi posyandu lansia. Kader posyandu memegang peran yang sangat penting dalam kegiatan kesehatan di tingkat masyarakat. Oleh karena itu, penguatan kapasitas kader melalui penyegaran tentang pengelolaan Posyandu Lansia dan masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia sangat diperlukan. Dalam tahap ini, kami akan mengadakan pelatihan kepada kader posyandu mengenai cara-cara pemeriksaan kesehatan dasar dan penyuluhan kesehatan. Pelatihan dan pendampingan meliputi pengukuran BB/TB/IMT, pengukuran lingkar lengan atas, dan pengukuran tekanan darah, serta pengisian KMS lansia. Pendidikan dan pelatihan ini memberikan pengetahuan dan praktik langsung kepada kader. Dengan pendekatan ini, diharapkan kader dapat lebih percaya diri dan kompeten dalam memberikan layanan kesehatan yang berkualitas kepada lansia.

Ketiga, penyuluhan dan edukasi kesehatan untuk lansia. Penyuluhan kesehatan adalah bagian penting dari program ini. Penyuluhan ini dilakukan oleh pengabdian. Dengan penyuluhan tentang pola makan sehat, pentingnya olahraga ringan, serta pencegahan dan pengelolaan penyakit kronis (seperti hipertensi dan diabetes), diharapkan lansia dapat lebih memahami cara menjaga kesehatannya secara mandiri. Penyuluhan ini juga mencakup pemahaman tentang tanda-tanda awal penyakit yang perlu diwaspadai dan kapan sebaiknya mereka mencari pertolongan medis. Pendekatan yang dilakukan akan lebih banyak melibatkan interaksi dua arah antara lansia dan kader untuk memastikan pemahaman mereka terhadap informasi yang diberikan.

Keempat, peningkatan partisipasi lansia dalam kegiatan posyandu. Agar kegiatan posyandu berjalan efektif, penting untuk meningkatkan partisipasi lansia dalam setiap kegiatan. Program ini akan mencakup kegiatan yang melibatkan lansia dalam pemeriksaan kesehatan rutin (tekanan darah, gula darah), dan kegiatan sosial lainnya. Kegiatan ini akan dirancang dengan mempertimbangkan kenyamanan dan kemampuan fisik lansia, sehingga mereka bisa aktif berpartisipasi. Selain itu, kegiatan diskusi kelompok juga akan diselenggarakan untuk membahas pengalaman hidup dan kesehatan lansia, serta untuk membangun rasa kebersamaan dan saling dukung di antara mereka.

Pengabdian ini direncanakan akan dilaksanakan selama enam bulan, dimulai dari bulan Februari hingga Juli 2023, dengan rincian kegiatan yang terbagi dalam tiga tahap utama. Pada bulan pertama dan kedua, fokus utama adalah melakukan penilaian dan optimalisasi sarana prasarana posyandu. Kegiatan ini mencakup pemeriksaan kondisi fasilitas yang ada, alat-alat kesehatan, serta identifikasi kebutuhan perbaikan yang diperlukan. Setelah itu, dilakukan perbaikan dan penataan fasilitas untuk mendukung kelancaran pelayanan. Selain itu, pada bulan ini juga akan dilakukan pelatihan pertama kepada kader posyandu mengenai pemeriksaan dasar kesehatan lansia dan pengelolaan kesehatan secara umum.

Memasuki bulan ketiga dan keempat, kegiatan berfokus pada pendampingan lanjutan kepada kader posyandu dalam penerapan keterampilan yang telah dipelajari pada pelatihan sebelumnya. Selain itu, penyuluhan kesehatan kepada lansia akan dilakukan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang pola makan sehat, pencegahan penyakit, serta pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan lansia. Pada tahap ini, juga akan dilakukan peningkatan partisipasi lansia dalam berbagai kegiatan, seperti senam lansia dan pemeriksaan kesehatan rutin, agar mereka lebih aktif dalam menjaga kesehatan.

Pada bulan kelima dan keenam, dilakukan monitoring dan evaluasi untuk menilai sejauh mana fasilitas yang telah diperbaiki digunakan dengan efektif serta mengevaluasi

hasil pelatihan kepada kader posyandu. Selain itu, pada tahap ini juga akan diberikan penyuluhan lanjutan mengenai pengelolaan penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia, seperti hipertensi dan diabetes, serta penguatan keterampilan kader dalam mendampingi lansia. Kegiatan pada bulan ini juga akan mencakup peningkatan kegiatan sosial dan diskusi kelompok untuk menciptakan rasa kebersamaan dan dukungan sosial di antara lansia, sehingga mereka merasa lebih diperhatikan dan termotivasi untuk menjaga kesehatannya.

Peserta dalam kegiatan ini terbagi menjadi tiga kelompok utama yang saling mendukung dan berperan penting dalam kelancaran program. Kelompok pertama adalah lansia yang terdaftar di Posyandu Asih Wreda, yang menjadi peserta utama dari kegiatan ini. Semua lansia akan mengikuti program ini, di mana mereka akan menerima pelayanan kesehatan berkala, mengikuti kegiatan senam lansia, serta mendapatkan penyuluhan tentang gaya hidup sehat dan cara mencegah penyakit kronis.

Kelompok kedua adalah kader posyandu. Kader posyandu ini akan dilibatkan dalam berbagai kegiatan pelatihan, termasuk pelatihan pemeriksaan kesehatan dasar dan keterampilan untuk mendampingi lansia dengan lebih efektif. Mereka akan berperan sebagai penghubung antara lansia dan tenaga medis, memastikan bahwa pemeriksaan rutin serta perawatan kesehatan dapat berjalan dengan baik dan efektif.

Kelompok ketiga adalah tim pengabdian masyarakat, yang terdiri dari 7 orang yang berasal dari dosen dan mahasiswa. Tim ini akan bertugas untuk memberikan pelatihan kepada kader posyandu, memberikan penyuluhan langsung kepada lansia mengenai pentingnya perawatan kesehatan, serta melakukan monitoring dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan untuk memastikan efektivitas program yang dijalankan.

### 3. HASIL

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui optimalisasi sarana dan prasarana serta peningkatan keterampilan kader di Posyandu Lansia Asih Wreda, Dusun Krapyak Wetan, Panggungharjo, Sewon, Bantul, telah memberikan hasil yang signifikan dan positif.



**Gambar 1** Rapat koordinasi dengan pihak Dukuh dan Kader Posyandu Lansia Asih Wredha

Pertama, hasil survei kebutuhan yang dilakukan sebelum intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di daerah tersebut mengalami kesulitan dalam akses layanan kesehatan. Banyak di antara mereka yang tidak memiliki alat ukur kesehatan di rumah, dan pengetahuan tentang cara menjaga kesehatan masih terbatas. Informasi ini menjadi dasar bagi kami untuk melakukan optimalisasi sarana dan prasarana yang diperlukan.

Setelah melakukan analisis, kami berhasil menyediakan berbagai alat kesehatan, seperti timbangan, pengukur tekanan darah, dan alat pemeriksaan sederhana lainnya. Penyediaan sarana ini tidak hanya meningkatkan kualitas layanan yang diberikan, tetapi juga memberikan rasa percaya diri kepada kader posyandu dalam melayani lansia.

Pelatihan yang diadakan untuk kader posyandu juga menunjukkan hasil yang menggembirakan. Sebanyak 20 kader mengikuti pelatihan yang mencakup pemeriksaan kesehatan dasar dan penyuluhan. Evaluasi pasca pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader secara signifikan. Mereka kini lebih mampu melakukan pemeriksaan kesehatan dan mengedukasi lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan dengan cara yang mudah dipahami.



**Gambar 2** Pendidikan dan Pelatihan

Selama sesi penyuluhan yang diadakan untuk lansia, partisipasi masyarakat sangat baik. Lansia menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan dan bertanya tentang berbagai aspek kesehatan. Metode interaktif yang digunakan dalam penyuluhan berhasil menarik perhatian mereka dan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kesehatan.

Selain itu, selama periode monitoring, kami mencatat bahwa penggunaan sarana kesehatan yang baru disediakan meningkat secara drastis. Kader posyandu melaporkan bahwa mereka kini lebih sering melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan memberikan edukasi kepada lansia mengenai penyakit umum yang sering dialami.



**Gambar 3** Penyuluhan

Secara keseluruhan, pengabdian kepada masyarakat ini tidak hanya meningkatkan derajat kesehatan lansia di Dusun Krapyak Wetan, tetapi juga memberdayakan kader posyandu untuk menjadi lebih aktif dan kompeten dalam menjalankan tugas mereka. Hasil ini diharapkan dapat berlanjut dan memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi kualitas hidup lansia di wilayah tersebut.

#### 4. PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui optimalisasi sarana dan prasarana serta peningkatan keterampilan kader di Posyandu Lansia Asih Wreda, Dusun Krapyak Wetan, Panggunharjo, Sewon, Bantul, menunjukkan hasil yang signifikan dan memberikan wawasan penting mengenai pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesehatan lansia.

Salah satu aspek kunci dari pelaksanaan ini adalah survei kebutuhan yang dilakukan sebelum intervensi. Survei ini memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi kesehatan lansia dan tantangan yang mereka hadapi, termasuk keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan kurangnya pengetahuan tentang cara menjaga kesehatan. Data yang diperoleh dari survei ini menjadi dasar bagi pengambilan keputusan dalam merancang intervensi yang tepat dan relevan dengan kebutuhan masyarakat setempat (Nugroho, 2009) (Fitriana Yulastuti, dkk, 2021) .

.Optimalisasi sarana dan prasarana di Posyandu Lansia Asih Wreda juga terbukti sangat efektif. Penyediaan alat kesehatan yang memadai, seperti timbangan dan pengukur tekanan darah, meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan layanan kesehatan yang berkualitas. Kader posyandu yang sebelumnya merasa kurang percaya diri kini dapat melakukan pemeriksaan kesehatan dengan lebih baik, sehingga meningkatkan akses dan kualitas layanan bagi lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa keberadaan posyandu yang dilengkapi dengan sarana yang baik dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam menjaga Kesehatan (Nisak *et al.*, 2021).

Pelatihan yang diberikan kepada kader posyandu merupakan komponen penting lainnya dalam program ini. Kader yang terlatih tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga keterampilan praktis yang dapat langsung diterapkan dalam pelayanan kesehatan. Evaluasi pasca pelatihan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas layanan yang diberikan kepada lansia. Kader kini lebih mampu memberikan edukasi tentang kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan dasar, yang merupakan langkah penting dalam pencegahan penyakit (Fitriana Yulastuti dkk, 2021); (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Sesi penyuluhan yang diadakan untuk lansia juga menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka. Metode interaktif yang digunakan dalam penyuluhan berhasil menarik perhatian dan partisipasi aktif dari lansia, yang seringkali menjadi tantangan dalam kegiatan serupa. Dengan memahami pentingnya kesehatan, lansia menjadi lebih termotivasi untuk menjaga kesejahteraan mereka, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2018); (Kementerian Kesehatan RI, 2023) .

Secara keseluruhan, pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan, yaitu peningkatan derajat kesehatan lansia melalui optimalisasi sarana dan prasarana serta peningkatan keterampilan kader. Pengalaman ini

menekankan pentingnya kolaborasi antara masyarakat, kader, dan pihak terkait dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan lansia. Keberhasilan ini diharapkan dapat menjadi model bagi pengabdian serupa di daerah lain, serta mendorong inisiatif lebih lanjut untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di Indonesia.

## 5. KESIMPULAN

Derajat kesehatan lansia di Posyandu Lansia Asih Wreda, Dusun Krapyak Wetan, Panggungharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta, meningkat melalui optimalisasi sarana dan prasarana serta peningkatan keterampilan kader Posyandu Lansia.

## 6. SARAN

Kami berharap setelah program Pengabdian kepada Masyarakat, kader Posyandu Lansia Asih Wredha dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh. Para dosen diharapkan dapat melakukan monitoring dan pengembangan Tri Dharma Perguruan Tinggi, terutama dalam pengabdian kepada masyarakat. Hal ini juga akan menambah pengalaman dalam mengubah perilaku masyarakat terkait pelaksanaan Posyandu Lansia. Mahasiswa diharapkan memanfaatkan Posyandu Lansia Asih Wredha sebagai sarana belajar untuk menerapkan ilmu keperawatan yang telah diperoleh, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan bagi lansia.

## 7. UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, pengabdian ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Dusun Krapyak Wetan, Pengelola Posyandu Lansia Asih Wreda, Kader Kesehatan, Seluruh Masyarakat, STIKES YKY Yogyakarta, dan semua pihak yang telah berkontribusi dalam terlaksananya pengabdian kepada masyarakat berupa upaya peningkatan derajat kesehatan lansia melalui optimalisasi sarana dan prasarana serta peningkatan keterampilan kader di Posyandu Lansia Asih Wreda, Dusun Krapyak Wetan, Panggungharjo, Sewon, Bantul

## 8. DAFTAR PUSTAKA

- Agus Afandi, Nabiela Laily, N. W. at all. (2022). *Metodologi Pengabdian Masyarakat* (J. W. Suwendi, Abd. Basir (ed.)). Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI.
- Fitriana Yuliasuti, Ummu Kaltsum, Shanti Putri Paramithasari, Irda Iriani Naruralita, C. S. S. (2021). Upaya peningkatan kesehatan masyarakat dengan posyandu lansia dan pemberdayaan kader lansia di Dusun Jetis Kalinegoro, Kabupaten Magelang. *Community Empowerment*, 6(9), 1609–1614. <https://doi.org/10.31603/ce.5130%0AAbstrak>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Penyakit tidak menular: Laporan Riskesdas*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementrian Kesehatan RI. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-rkd-2018/>

- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Buku Panduan Keterampilan Dasar Kader Bidang Kesehatan*. 1–121. [https://drive.google.com/file/d/1-RE0v4h7\\_YpvNiv\\_enzvgi0eyR32E3SO/view](https://drive.google.com/file/d/1-RE0v4h7_YpvNiv_enzvgi0eyR32E3SO/view)
- Nisak, R., Prawoto, E., & Admadi, T. (2021). Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Lansia. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 33–38. <https://doi.org/10.47575/apma.v1i2.253>
- Nugroho, H. W. (2009). *Keperawatan gerontik dan geriatrik*. EGC.