

**Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat**  
26 November 2022, Hal. 875-881  
e-ISSN: 2686-2964

## **Optimasi Kader Posbindu Lansia Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular (Hipertensi) di Wilayah RW 08 dan RW 09 Wirobrajan**

Prita Anggraini Kartika Sari<sup>1</sup>, Muthia Aqilla Ganda Putri<sup>2</sup>, Ginanjar Zukhruf Saputri<sup>3</sup>, Akrom<sup>4</sup>, Woro Supadmi<sup>5</sup>, Anggara Ersya Putra<sup>6</sup>

Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof. DR. Soepomo Sh, Warungboto, Umbulharjo  
Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55164<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

Email: [prita.sari@pharm.uad.ac.id](mailto:prita.sari@pharm.uad.ac.id)

### **ABSTRAK**

Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi salah satu strategi yang disepakati secara global dalam mengatasi permasalahan akibat PTM yang salah satunya adalah Hipertensi. Prevalensi hipertensi dalam menyebabkan kematian meningkat dari tahun ke tahun. Data riset kesehatan dasar menunjukkan bahwa dalam waktu 5 tahun telah terjadi peningkatan prevalensi dari 25,8% menjadi 34,1%. Tujuan program ini yaitu untuk mengoptimasi kader Posbindu dalam melaksanakan perannya memberikan edukasi melalui pengetahuan terkait Hipertensi dan pengelolaannya. Metode yang digunakan dalam program ini yaitu penyuluhan, pendampingan, dan evaluasi. Kader dari RW 08 dan RW 09 dikumpulkan dalam satu pertemuan kemudian diberikan materi melalui penyuluhan secara langsung. Evaluasi dilakukan dengan memberikan kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil program ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan dari sebelum penyuluhan dengan nilai jawaban benar 71% dan sesudah penyuluhan menjadi 94%. Pada parameter pengetahuan gaya hidup (*life style*) juga terjadi peningkatan dari 82% menjadi 96%. Program ini memberikan dampak positif meningkatkan pengetahuan kader terutama kader konselor, namun hasil evaluasi masih menunjukkan perlu adanya penyuluhan secara berkesinambungan dengan materi-materi bervariasi.

**Kata kunci: Hipertensi, Kader, Lansia, Posbindu**

### **ABSTRACT**

*Prevention and Control of Non-Communicable Diseases (NCD) is one of the globally agreed strategies in overcoming problems caused by NCDs, one of which is Hypertension. The prevalence of hypertension in causing death increases from year to year. Basic health research data show that within 5 years there has been an increase in prevalence from 25.8% to 34.1%. The purpose of this program is to optimize Posbindu cadres in carrying out their role in providing education through knowledge related to hypertension and its management. The methods used in this program are counseling, mentoring, and evaluation. Cadres from RW 08 and RW 09 were gathered in one meeting and then given material through direct counseling. Evaluation is done by giving questionnaires before and after counseling. The results of this program showed an increase in knowledge from before counseling with a correct answer value of 71% and after counseling to 94%. In the parameter of lifestyle knowledge (*life style*) there was also an increase from 82% to 96%. This program has a*

*positive impact on increasing the knowledge of cadres, especially counselor cadres, but the evaluation results still indicate the need for continuous counseling with varied materials.*

**Keywords :** *Cadre, Elderly, Hypertension, Posbindu*

## PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular atau PTM merupakan penyebab utama kematian di dunia, dan merupakan salah satu tantangan kesehatan pada abad ke-21. Secara global pada tahun 2016, PTM bertanggungjawab atas 41 juta dari total 57 juta kematian di dunia.(WHO, 2022) Di Indonesia sendiri, pada tahun yang sama, PTM ditaksir menyumbang sekitar 73% dari keseluruhan kematian, dimana 35% diantaranya adalah karena penyakit kardiovaskular, 12% karena penyakit kanker, 6% karena penyakit diabetes, 6% karena penyakit pernapasan kronis, dan 15% karena penyakit PTM lainnya. (Direktorat P2PTM, 2019)

Penyakit Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular dengan prevalensi kejadian yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Hipertensi atau umumnya dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah kondisi dimana terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik sebesar  $\geq 140$  mmHg dan atau tekanan diastolik sebesar  $\geq 90$  mmHg pada dua kali pengukuran dalam keadaan tenang atau istirahat.(Kemenkes RI, 2013) Hipertensi dapat menjadi ancaman kesehatan apabila terjadi secara terus menerus tanpa ditangani dan dikelola dengan baik dan benar, dimana hipertensi berpotensi dapat mengakibatkan kondisi komplikasi seperti gagal ginjal, penyakit jantung koroner, dan stroke.(Kemenkes RI, 2019)

Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas), prevalensi Hipertensi dalam waktu 5 tahun (data 2013-2018) telah terjadi peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1%. Di Kecamatan Wirobrajan sendiri, menurut Dinas Kesehatan Pemerintah Yogyakarta, jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia  $\geq 15$  tahun adalah 1.863 orang, dimana angka tersebut cukup tinggi dibandingkan data kecamatan dan puskesmas di Danurejan (631 orang), Gondokusuman (817 orang), serta Kotagede (817 orang).(Dinkes Kota Yogyakarta, 2021)

Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) menjadi salah satu strategi yang disepakati secara global dalam mengatasi permasalahan akibat PTM. Adapun salah satu upaya kesehatan yang sedang digalakan oleh pemerintah, khususnya kota Yogyakarta yaitu pelayanan P2PTM melalui Puskesmas dan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). Posbindu PTM merupakan pengikutsertaan peran masyarakat dalam melakukan kegiatan pemantauan faktor resiko dan deteksi dini PTM yang dilakukan secara rutin, terpadu, dan periodik, yang dimaksudkan untuk meningkatkan peran serta masyarakat dalam pencegahan dan penemuan dini faktor risiko PTM.(Kemenkes RI, 2012) Tahun 2021, kota Yogyakarta memiliki setidaknya 181 Posbindu umum yang tersebar di 18 Puskesmas, yang mana distribusi posbindu terbanyak berada di wilayah Wirobrajan yang telah terbentuk di masing-masing RW, dengan jumlah 35 posbindu.(Dinkes Kota Yogyakarta, 2021)

Hasil wawancara dengan kader Posbindu di Wirobrajan RW08 dan RW 09, diketahui bahwa wilayah tersebut banyak penduduk dalam kategori usia lansia dan merupakan faktor resiko tinggi mengalami PTM, khususnya hipertensi. Kader merupakan garda terdepan dalam program P2PTM yang digalakkan pemerintah, sehingga menjadi salah satu faktor utama dalam keberhasilan program tersebut.

Hasil studi menyatakan bahwa pemberian edukasi yang berupa ceramah dan pelatihan teknis program Posbindu dapat meningkatkan kapasitas kader, baik dalam segi pengetahuan maupun keterampilannya dalam melaksanakan program Posbindu,(Astuti et al., 2020)(Nopryan Ekadinata et al., 2016) yang mana keberlangsungan posbindu sendiri sangat penting dalam upaya penanganan dan mencegah faktor resiko PTM.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dimana permasalahan terkait kejadian PTM (Hipertensi) mempunyai peluang tinggi di wilayah tersebut, maka tim pengabdian kepada

masyarakat (PkM) tergerak untuk melakukan program optimasi kader Posbindu melalui kegiatan penyuluhan, pendampingan dan pelatihan terkait P2PTM khususya Hipertensi dengan tujuan untuk mengoptimasi kader Posbindu dalam melaksanakan perannya memberikan edukasi melalui pengetahuan terkait Hipertensi dan pengelolaannya.

## METODE

Metode yang diaplikasikan sebagai solusi dalam penyelesaian masalah sesuai latar belakang yaitu penyuluhan, pendampingan, dan evaluasi terkait pemahaman dan pengelolaan tentang penyakit hipertensi. Waktu pelaksanaan kegiatan yaitu selama 2 hari, tanggal 5-6 Agustus 2022. Adapun sasaran kegiatan ini adalah para kader Posyandu-Posbindu PTM di RW 08 dan RW 09 Kelurahan Wirobrajan. Kegiatan melibatkan tim inti PkM yang terdiri dari 3 dosen dan 2 mahasiswa, dibantu oleh dosen fakultas farmasi yang mempunyai minat dalam program ini yaitu sebanyak 2 orang, juga didukung oleh kepala kelurahan Wirobrajan yang memberikan wadah/tempat untuk melakukan penyuluhan.

Tahap pertama yang dilakukan adalah penyuluhan secara langsung. Pada tahap ini, para kader dikumpulkan dalam satu pertemuan yang kemudian diberikan materi mengenai Hipertensi, seperti definisi, faktor resiko, komplikasi yang dapat terjadi, pengobatan, serta pengaturan gaya hidup.

Kemudian tahap selanjutnya adalah tahap pendampingan yang dilaksanakan saat kegiatan Posyandu-Posbindu PTM bersama Puskesmas setelah selesai pemberian materi penyuluhan mengenai pengetahuan dan pengelolaan hipertensi. Pada tahap ini, tim PkM melakukan pendampingan terhadap para kader yang melaksanakan kegiatan Posyandu-Posbindu PTM, khususnya pada pos edukasi/konseling

Untuk mengetahui keberhasilan program ini, maka tim PkM melakukan evaluasi. Pada sesi ini setiap kader dievaluasi melalui formulir *pretest dan post-test* yang berisi kuisisioner terkait pengetahuan hipertensi dan *life style* (gaya hidup). Formulir *pretest* diberikan sebelum penyuluhan dilaksanakan, sedangkan formulir *posttest* diberikan setelah materi penyuluhan diberikan. Data *pretest dan post-test* akan diolah secara deskriptif guna menggambarkan perbedaan pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Hasil akan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

## HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Program PkM dilaksanakan pada hari Jumat dan Sabtu, 5 dan 6 Agustus 2022 bertempat di RW 08 dan RW 09. Adapun secara terperinci kegiatan penyuluhan dan evaluasi dilaksanakan pada hari Jumat, 5 Agustus 2022 di ruang pertemuan kelurahan Wirobrajan, sedangkan kegiatan pendampingan dilaksanakan pada Sabtu, 6 Agustus 2022 di Posyandu Posbindu PTM RW 08 dan RW 09. Sasaran program ini adalah kader yang masih berperan aktif dalam kegiatan Posyandu-Posbindu PTM. Program dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan lansia melalui peningkatan pengetahuan dan pengelolaan PTM para kader. Luaran program ini adalah terbentuknya kader yang terlatih dan kompeten untuk melakukan skrining atau deteksi penyakit hipertensi dan melakukan edukasi/konseling terkait pengelolaan maupun pencegahan Hipertensi di Posyandu-Posbindu PTM di RW 08 dan 09.

Program ini diawali dengan penyuluhan dan evaluasi. Para kader dikumpulkan di balai pertemuan kelurahan Wirobrajan. Tim PkM membagikan formulir *pretest* pada setiap kader yang hadir dan mengisi presensi kegiatan. Setelah semua kader mengisi formulir *pretest*, maka kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan secara langsung menggunakan media *power point*. Materi yang disampaikan meliputi definisi, faktor resiko serta komplikasi yang dapat terjadi, pengobatan yang dapat dilakukan, pentingnya kepatuhan terapi dan pengaturan *life style* (gaya hidup) pada Hipertensi. Selain pemberian materi juga dilakukan sesi diskusi. Para

kader tampak antusias dengan materi yang diberikan, yang ditunjukkan dengan memberikan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan materi yang disampaikan pembicara. Setelah penyuluhan selesai, kader diminta untuk mengisi formulir *posttest*. Agar dapat mengukur keberhasilan penyuluhan, makan kuisioner yang diberikan untuk pretest dan posttest adalah sama (Gambar 1).



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan evaluasi (registrasi dan pengisian *pretest*, pemberian penyuluhan dan diskus serta pengisian *posttest*)

### Profil Demografi Kader Posyandu-Posbindu PTM RW 08 dan RW 09, Wirobrajan

Tabel 1. Profil Demografi Kader Posyandu-Posbindu PTM Wirobrajan

Keterangan	$\Sigma$ (n=16)	Persentase (%)	Keterangan	$\Sigma$ (n=16)	Persentase (%)
<b>1. Usia (tahun)</b>			<b>2. Status</b>		
≤ 64	6	37	Menikah	16	100
≥ 64	10	63	Belum menikah	0	0
<b>3. Jenis kelamin</b>			<b>4. Pendidikan</b>		
Perempuan	16	100	SD-SLTA	12	75
Laki-laki	0	0	D1, D3 dan S1	4	25

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa usia kader lebih banyak yang telah mencapai atau lebih dari 64 tahun, yaitu sebanyak 63% dan semua kader berjenis kelamin perempuan dengan status menikah (100%). Adapun tingkat pendidikan kader lebih dari 50% pada jenjang SD sampai dengan SLTA.

### Hasil dan Dampak Penyuluhan

Penyuluhan diharapkan berdampak pada peningkatan pengetahuan kader terkait pengetahuan dan pengelolaan hipertensi. Adapun hasil evaluasi disajikan pada tabel 2 dan 3.

Tabel 2. Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Dasar Hipertensi

No	Pertanyaan	Nilai Benar	
		Pretest	Posttest
1.	Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik $\geq 140$ mmHg dan atau tekanan darah diastolik $\geq 90$ mmHg	75%	94%
2.	Sakit kepala, jantung berdebar, mudah lelah dan telinga berdengung merupakan tanda gejala hipertensi	75%	100%
3.	Pada sebagian orang tekanan darah tinggi tidak menunjukkan gejala apapun sehingga di sebut silent killer	63%	88%
	Rata-rata	71%	94%



Tabel 3. Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Pengelolaan Hipertensi (*life style*)

No	Keterangan	Nilai Benar	
		Pretest	Posttest
1.	Konsumsi garam dibatasi untuk pasien hipertensi yaitu maksimal 2gram/hari (setara 1 sendok teh garam dapur)	82%	94%
2.	Pasien hipertensi sebaiknya mengurangi konsumsi daging merah	75%	88%
3.	Pasien hipertensi dianjurkan banyak konsumsi sayur, kacang-kacangan dan buah segar	94%	100%
4.	Pasien hipertensi sebaiknya memasak makanan dengan cara menggoreng	88%	94%
5.	Paparan asap rokok maupun merokok dapat meningkatkan keparahan hipertensi	69%	100%
6.	Pasien hipertensi harus menjaga berat badan agar tetap ideal (tidak obesitas)	69%	100%
7.	Olahraga teratur minimal 30 menit selama 5-7 hari per minggu baik untuk pasien hipertensi (olahraga ringan: berjalan, jogging, bersepeda)	94%	100%
Rata-rata		82%	96%

Secara umum, hasil evaluasi menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan dasar dan pengelolaan pada penyakit hipertensi, dimana secara berturut turut sebelum dan sesudah menunjukkan rerata hasil 71% vs 94% (tabel 2) dan 82% vs 96% (tabel 3). Peningkatan pengetahuan dasar dan pengelolaan hipertensi diharapkan berdampak pada kompensasi Kader sebagai pelaksana Posyandu-Posbindu PTM yang juga diharapkan akan berdampak pada peningkatan kesehatan warga, khususnya RW 08 dan RW 09 Wirobrajan.

Kegiatan selanjutnya yaitu pendampingan pelaksanaan Posyandu-Posbindu PTM yang dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin Posyandu-Posbindu di RW 08 dan 09 Wirobrajan. Kegiatan tersebut juga didampingi oleh Puskesmas. Adapun tempat pelaksanaan dilakukan di halaman Masjid Al-Barokah Warrohmah untuk RW 08 dan rumah ketua RW 09 kelurahan Wirobrajan.

Pelaksanaan kegiatan ini yaitu dengan cara mengumpulkan warga ditempat yang telah disebutkan sebelumnya dan dibagi menjadi dua waktu yang berbeda. Pendampingan pertama dilakukan untuk kader yang bertugas di RW 08, kemudian dilanjutkan untuk kader yang bertugas di RW 09 (Gambar 2). Posyandu-Posbindu PTM ini dilaksanakan dengan 5 tahapan layanan yang disebut dengan sistem 5 meja, mengacu pada petunjuk teknis kegiatan Posbindu.(Kemenkes RI, 2012) Adapun setiap langkahnya secara sederhana diuraikan pada gambar 3.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pendampingan Posyandu-Posbindu

Pendampingan diutamakan pada pos atau meja 5 yaitu pos pemberian edukasi atau konseling. Hasil pendampingan menunjukkan jika kader memiliki pemahaman yang baik mengenai pengetahuan dan pengelolaan hipertensi, khususnya terkait edukasi gaya hidup (*life style*) yang tepat pada warga guna mencegah atau mengendalikan hipertensi. Hasil ini sejalan dengan pengabdian masyarakat lain yang menyatakan bahwa bahwa pengetahuan kader meningkat setelah diberikannya pelatihan, dengan nilai *mean pretest* sebesar 40,71% dan *mean post-test* sebesar 51,78%.(Desri Suryani et al., 2021) Intervensi ceramah dan pelatihan teknis program Posbindu juga dapat meningkatkan kapasitas kader, baik dalam segi pengetahuan maupun keterampilannya dalam melaksanakan program Posbindu.(Nopryan Ekadinata et al., 2016)



Gambar 3. Alur Layanan Posbindu PTM

Meskipun hasil evaluasi menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan pengetahuan oleh kader, namun penyuluhan secara berkesinambungan dengan materi-materi bervariasi ataupun materi yang sama perlu terus dilaksanakan. Hal ini bertujuan untuk terus memperluas pengetahuan dan kompetensi para kader dan juga untuk mereshuffle kembali pengetahuan yang pernah didapat, mengingat banyaknya kader yang berusia di atas 64 tahun. Selain itu frekuensi pelatihan mempengaruhi keterampilan kader dalam melakukan kegiatan posbindu, pelatihan kader tidak dapat diberikan secara instan, akan tetapi harus secara berkelanjutan.(Novyan Lusiyana, 2020). Penyegaran pengetahuan pada kader juga akan berdampak dengan perilaku keaktifan dan kesinambungan pelaksanaan posbindu dikemudian hari.(Asda & Syarifah, 2022)

## SIMPULAN

Program Optimasi Kader Posbindu Lansia Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular (Hipertensi) di Wilayah RW 08 dan RW 09 Wirobrajan yang berupa penyuluhan, pendampingan, dan evaluasi bagi para kader posbindu mampu memberikan dampak positif berupa meningkatnya pengetahuan kader mengenai pengetahuan dasar dan pengelolaan hipertensi. Kegiatan ini direkomendasikan untuk dapat diadakan secara kontinu atau berkesinambungan baik dengan materi baru ataupun materi yang pernah diberikan sebelumnya, sehingga diharapkan kegiatan Posyandu-Posbindu dapat berjalan efektif sebagaimana tujuan dari diadakannya kegiatan tersebut oleh pemerintah.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada **Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) yang telah** memberikan pendanaan untuk kegiatan ini, Ketua RW 08 dan Ketua RW 09 sebagai mitra tempat dilaksanakan kegiatan, para kader Posyandu-Posbindu lansia serta kader remaja Muhammadiyah yang aktif dan berkontribusi secara langsung pada seluruh pelaksanaan program ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asda, P., & Syarifah, N. Y. (2022). Penyegaran Kader dan Pelayanan Posbindu (Cadre refreshment and Posbindu Service). *Journal Abdikemas Volume 4 Nomor 1*, 39–44.
- Astuti, F. D., Rokhmayanti, & Hastuti, S. K. W. (2020). Pelatihan Kader Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader tentang Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 761–769.
- Desri Suryani, Demsa Simbolon, Jumiati Jumiati, & Yandrizal Yandrizal. (2021). Pelatihan Kader Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di Wilayah Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu. *Prosiding Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*.
- Dinkes Kota Yogyakarta. (2021). *Profil Kesehatan Tahun 2021 Kota Yogyakarta (Data Tahun 2020)*.
- Direktorat P2PTM. (2019). *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. 2–2.
- Kemenkes RI. (2012). *Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM)*.
- Kemenkes RI. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi: Vol. Revisi*.
- Kemenkes RI. (2019). *Info Datin Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI: Hipertensi Si Pembunuh Senyap*.
- Nopryan Ekadinata, Meisi Riana, Jimmi K P Sihombing, Yosephina Maria H K, & Heni Trisnowati. (2016). Optimalisasi Peran Kader Posbindu dalam Upaya Penanggulangan Penyakit Tidak Menular (PTM) (Studi di Desa Wonokerto, Yogyakarta). *Conference: The 3rd Indonesian Conference on Tobacco or Health 2016*.
- Novyan Lusiyana. (2020). Optimalisasi Peran Kader Posbindu Dalam Deteksi Hipertensi Di Posbindu Kedungpoh Tengah Wonosari Yogyakarta. *Jurnal Education and Development*, 8(2), 167–167.
- WHO. (2022), September 16). *Noncommunicable diseases*.