

## PENDAMPINGAN KADER KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Wachidah Yuniartika<sup>1)\*</sup>, Nielyda Nofandrilla<sup>2)</sup>, Kusuma Estu Werdani<sup>3)</sup>, Kartinah<sup>4)</sup>, Siti Musalamah<sup>5)</sup>, Silvianita Damayanti<sup>6)</sup>, Her Supriyanti<sup>7)</sup> Ahmad Fariz Farisulhaq<sup>8)</sup>, & Anjani Bharata Aje<sup>9)</sup>

<sup>1) 4) 5) 6) 7) 8)</sup> Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
<sup>2) 9)</sup> Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Informatika  
<sup>3) 10)</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia  
\*Corresponding author: [wachidah.yuniartika@ums.ac.id](mailto:wachidah.yuniartika@ums.ac.id)

### ABSTRAK

#### Informasi Artikel

Terima : 07-12-2022

Revisi : 10-12-2022

Disetujui : 25-12-2022

**Kata Kunci:** kader, kualitas hidup lansia, posyandu.

Tingkat kualitas hidup lansia akan dipengaruhi oleh tantangan mereka, dan kualitas hidup adalah ukuran seberapa puas lansia dengan kehidupan sehari-hari mereka. Kegiatan posyandu lansia merupakan salah satu kegiatan sosial yang berlangsung di masyarakat. Posyandu merupakan salah satu jenis pelayanan kesehatan yang diselenggarakan oleh masyarakat dengan bantuan teknis dari ahli kesehatan. Salah satu relawan yang melaksanakan kegiatan posyandu adalah kader kesehatan yang diambil dari masyarakat. Keberadaan kader harus dipertahankan karena mereka berperan penting dalam pelaksanaan program posyandu di lapangan. Kurangnya informasi dan koordinasi yang kurang baik antara kader dan petugas kesehatan dalam pelaksanaan kegiatan posyandu dapat mengakibatkan rendahnya minat masyarakat untuk datang ke posyandu. Kurangnya pelatihan dan pembinaan untuk meningkatkan keterampilan kader yang memadai juga dapat menyebabkan kurangnya pemahaman tentang tanggung jawab kader. Metode yang dilakukan dengan penyebaran kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam pengabdian ini menggunakan kuesioner WHOQOL-Bref yang terdiri dari 26 pertanyaan. Hasil penelitian yang dilakukan dalam bentuk Pre-test menunjukkan skor mayoritas kualitas hidup baik sejumlah 75 % dan terjadi peningkatan skor post test setelah diberikan penyuluhan, pengajian dan pelatihan melalui kader lansia menjadi 92.5 %. Kesimpulan terdapat peningkatan kualitas hidup setelah dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan, pengajian dan pelatihan lansia.

### PENDAHULUAN

Lansia yang mengalami jumlah peningkatan setiap tahun akan berdampak pada peningkatan permasalahan pada beberapa aspek seperti masalah fisik, psikologis, sosial maupun spiritual. Aspek tersebut saling mempengaruhi satu sama lain dimana terjadinya masalah fisiologis akan berdampak pada penurunan mobilitas fisik sehingga terjadi pula penurunan kontak sosial yang akan mengakibatkan perubahan nilai sosial menjadi lebih individualistik. Tingkat kualitas hidup lansia akan dipengaruhi oleh tantangan mereka, dan kualitas hidup adalah ukuran seberapa puas

lansia dengan kehidupan sehari-hari mereka. Lansia yang memiliki kualitas hidup yang tinggi akan dapat menjalani kehidupannya sehari-hari secara normal pada tingkat fisik, psikologis, sosial, dan spiritual (Sagitta, 2017).

Aktivitas sosial secara langsung maupun tidak langsung akan memengaruhi kualitas hidup lansia dimana lansia yang mendapat dukungan emosional positif seperti perasaan saling peduli atau saling mendukung akan meningkatkan kepuasan lansia bahwa ia merasa dibutuhkan dan membutuhkan didalam masyarakat (Martono & Pranaka, 2011). Beberapa aktivitas sosial yang dapat

dilakukan yaitu berpartisipasi dalam kegiatan yang jelas melibatkan interaksi sosial seperti melakukan pekerjaan sukarela, menghadiri kursus pendidikan atau pelatihan, mengikuti klub olahraga, acara keagamaan, dan politik atau komunitas organisasi tertentu (Christelis et al., 2012). Kegiatan posyandu lansia merupakan salah satu kegiatan sosial yang berlangsung di masyarakat. Posyandu merupakan salah satu jenis pelayanan kesehatan yang diselenggarakan oleh masyarakat dengan bantuan teknis dari ahli kesehatan. Salah satu relawan yang melaksanakan kegiatan posyandu adalah kader kesehatan yang diambil dari masyarakat. Keberadaan kader harus dipertahankan karena mereka berperan penting dalam pelaksanaan program posyandu di lapangan (Trisanti & Khoirunnisa, 2018).

Tingkat keahlian kader dalam pelaksanaan Posyandu sangat diperlukan, karena selain mampu mendorong masyarakat untuk mengikuti Posyandu juga harus mampu memberikan pencerahan kepada masyarakat tentang masalah kesehatan dan mendorong penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (Mahakam & Ola, 2020). Agar posyandu berhasil, komitmen kader yang secara sukarela mengelolanya di daerah dan wilayahnya sendiri sangat penting. Rendahnya minat masyarakat untuk mengunjungi posyandu dapat disebabkan oleh kurangnya informasi dan koordinasi yang kurang memadai antara kader dan tenaga kesehatan selama pelaksanaan kegiatan posyandu. Kurangnya pembinaan dan pelatihan untuk mengembangkan kemampuan kader yang sesuai juga dapat mengakibatkan pemahaman yang kurang memadai tentang tugas kader (Novita Sari, 2020)

Desa Purbayan memiliki 8 Posyandu lansia, dengan jumlah kader 30 orang. Sesuai dengan teori Kader mempunyai peran meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui pergerakan masyarakat, penyuluhan dan pemantauan. Tapi pada kenyataannya kader dilapangan hanya bertugas melakukan pencatatan dan pelaporan, mereka jarang diberikan pelatihan oleh tenaga kesehatan atau kadang mereka ikut pelatihan hanya perwakilan kader. Hasil wawancara dengan kader lansia mengungkapkan informasi tentang pemahaman kader tentang kesehatan

dan ilmu penatalaksanaan kesehatan lansia, selain itu jumlah kader kesehatan lansia yang sedikit, ketidakaktifan kader karena merasa kurang percaya diri, dan hasil dari wawancara. Karena kurangnya pelatihan tentang penyuluhan dan pengelolaan kesehatan lansia. sehingga membuat peran kader tidak optimal dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia. Oleh karena itu tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melalui pemberdayaan kader.

## METODE KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Program studi keperawatan, kesehatan masyarakat, dan Ilmu komunikasi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Purbayan, kecamatan baki, kabupaten Sukoharjo. Jawa tengah. Sasaran dalam kegiatan ini adalah kader lansia sejumlah 18 orang dan lansia yang beragama islam aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia sejumlah 40 peserta.

Kegiatan ini dilaksanakan selama bulan April-Juni 2022. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yaitu koordinasi dengan pihak puskesmas baki, pimpinan ranting muhammadiyah, dan aparat desa purbayan. Persiapkan semua bahan yang diperlukan untuk pelaksanaan kegiatan ini, termasuk kuesioner pre dan post-test serta strategi pelaksanaan kegiatan secara bersamaan. Kuesioner WHOQOL-Bref yang terdiri dari 26 pertanyaan, digunakan dalam penelitian ini.

Bentuk kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan, pengajian dan praktik membuat kerajinan tangan oleh lansia dengan pendampingan kader. Sebelum ketemu lansia, kegiatan yang pertama kali dilakukan adalah penyuluhan tentang tugas dan fungsi kader, serta pelatihan kepada kader cara membuat kerajinan tangan. Setelah itu, pertemuan dengan lansia adalah penyuluhan kesehatan tentang kualitas hidup dan pengajian dengan tema lansia sehat dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, pertemuan selanjutnya lansia dilatih cara pembuatan kerajinan tangan dengan pendampingan kader. Peserta diberikan pre-test pada tanggal 6 April 2022 dan post test diberikan pada tanggal 18 Juli 2022 sebagai bentuk evaluasi kegiatan ini setelah semua rangkaian kegiatan penyuluhan

dan pelatihan.

Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai berikut :



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi di wilayah Pimpinan Ranting Muhammadiyah Purbayan menemukan bahwa kualitas hidup lansia menurun karena kondisi kesehatan dan aktivitas sosial serta kurangnya pelatihan kader tentang terapi pada lansia. Maka dari itu tahapan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini meliputi :

1. Tahap awal , lansia diberikan pre-test yang bertujuan untuk mengukur kualitas hidup pada lansia. Dari hasil pre-test peserta tersebut didapatkan hasil sebanyak 30 peserta mengalami kualitas hidup baik, dan sebanyak 10 peserta kualitas hidup tidak baik. Nilai pre test yang kurang baik dapat disebabkan oleh lansia belum mengerti cara mengurangi rasa kesepian dan kegiatan apa yang dilakukan untuk meningkatkan aktivitas dengan masalah penurunan kesehatan.



Gambar 1. Memberikan kuesioner pre test Hasil pre test dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Pre Test

Kategori	F (N = 40)	%
Baik	30	75
Tidak Baik	10	25

2. Penyuluhan dan Pelatihan kepada Kader Memberikan materi tugas dan fungsi kader posyandu lansia dimana selama ini mereka kurang paham tugas pokok sebagai kader adalah berperan meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui pergerakan

masyarakat, penyuluhan dan pemantauan. Tapi pada kenyataannya kader dilapangan hanya bertugas melakukan pencatatan dan pelaporan. Sehingga kegiatan ini adalah brainstorming tupoksi kader. Serta mengajarkan kader cara membuat holahoop dormant, pada kegiatan ini pengetahuan kader meningkat dan mampu membuat kerajinan dengan bahan dasar holahop dan kain perca.



Gambar 2. Materi tugas dan fungsi kader.



Gambar 3, 4,5. Pelatihan kerajinan tangan

3. Penyuluhan dan pengajian kualitas hidup lansia Melakukan pendidikan kesehatan kepada kader dan lansia tentang kualitas hidup, pengisi materi ini adalah tim dari pengabdian masyarakat yang ahli bidang lansia dengan tema kualitas hidup bagi lansia. Selanjutnya pengajian dengan tema masa lansia meningkatkan kualitas hidup dengan mendekatkan diri kepada

Allah, dengan pemateri perwakilan dari Pengurus Ranting Muhammadiyah desa Purbayan.



Gambar 6,7 penyuluhan kesehatan dan pengajaran

Media kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan adalah buku panduan seperti yang terlihat dibawah ini.

4. Cara Meningkatkan Kualitas Hidup

- a. Mendirikan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa
  - 1) Tqban
- 2) Mendirikan diri kepada Allah dengan budi baik dan suci
- 3) Mendirikan diri kepada Allah dengan budi baik dan suci
- 4) Mendirikan diri kepada Allah dengan budi baik dan suci
- 5) Mendirikan diri kepada Allah dengan budi baik dan suci
- 6) Mendirikan diri kepada Allah dengan budi baik dan suci



g. Pengajian

Lansia yang mengikuti pengajian tidak hanya mendapatkan manfaat spiritual mendapatkan ilmu baru tentang pengetahuan agama tetapi terdapat juga manfaat sosial yaitu mempererat tali silaturahmi, menambah pertemanan dan berbagi pengetahuan serta manfaat bagi psikologi perasaan senang. Pengajian ini juga dapat meningkatkan kesadaran dalam bergama.

h. Membuat kerajinan

Kegiatan ini dapat dilakukan dengan membuat bunga dari bahan plastik, merajut, menyulam. Cara ini menyenangkan untuk menjaga otak tetap aktif yaitu membuat karya seni dan aktif beresialisasi dengan orang lain.

Gambar 8. Buku panduan

4. Pelatihan membuat kerajinan tangan oleh lansia dengan pendampingan kader Kegiatan ini melibatkan kader dan lansia secara langsung, dengan cara kader mengajarkan pembuatan hulahoop doormant dengan cara dianyam menggunakan kain perca hingga membentuk sebuah keset.



Gambar 9. Pelatihan pada lansia

5. Post-Test

Setelah semua kegiatan pengabdian masyarakat selesai, tahap akhir adalah melakukan post test. Tujuan post test adalah untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan kualitas hidup pada lansia.



Gambar 10. Post test

Terjadi peningkatan kualitas hidup pada lansia desa purbayan setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan melalui pemberdayaan kader dengan skor dibawah ini.

Tabel 2. Hasil Post Test

Kategori	F (N = 40)	%
Baik	37	92.5
Tidak Baik	3	7.5

Peningkatan jumlah lansia juga akan berdampak pada peningkatan permasalahan pada beberapa aspek seperti masalah fisik, psikologis, sosial maupun spiritual. Aspek tersebut saling mempengaruhi satu sama lain dimana terjadinya masalah fisiologis akan berdampak pada penurunan mobilitas fisik sehingga terjadi pula penurunan kontak sosial yang akan mengakibatkan perubahan nilai sosial menjadi lebih individualistik. Lansia akan dapat melakukan tugas sehari-hari secara normal jika kualitas hidupnya

baik, meliputi aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual (Sagitta, 2017). Fungsi sosial dalam masyarakat berkembang. Berkurangnya fungsi indra pendengaran, penglihatan, gerakan otot, dan indra lainnya menyebabkan masalah fungsional atau bahkan gangguan seiring bertambahnya usia. Misalnya, pendengaran yang sangat berkurang, pandangan kabur, dan gejala lainnya, yang sering menyebabkan keterasingan. Hal ini harus dihindari selama orang masih mampu dengan terus-menerus mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka tidak pernah merasa kesepian atau terisolasi (Kartinah & Sudaryanto, 2008).

Maka dari itu perlunya aktivitas sosial dengan cara perkumpulan dalam penyuluhan, pengajian dan pelatihan. Untuk membantu responden menerima status mereka dan menurunkan tingkat stres terhadap kondisi lansia saat ini, tersedia kegiatan keagamaan seperti program doa bersama dan pengajian yang sering. Menurut penelitian sebelumnya, memiliki kehidupan spiritual yang kuat akan membantu orang tua merasa kurang tertekan (Gultom et al., 2016). Temuan penelitian mengenai hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup pada penelitian (Yuzefo et al., 2016) menunjukkan hubungan yang signifikan antara kesejahteraan spiritual lansia dan kualitas hidup mereka, dengan korelasi positif antara keduanya. Penelitian tentang hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup lansia juga dilakukan oleh (Gallardo & Peralta, 2017) Ini menyelidiki hubungan antara dukungan sosial dan religiusitas dan kualitas hidup orang tua di Chili.

Menurut penelitian ini, dukungan sosial dan religiusitas mempengaruhi kualitas hidup populasi lanjut usia Chili. Selain itu dukungan kader dan keluarga dapat meningkatkan kualitas hidup dapat digambarkan dengan memberikan perhatian kepada lansia dalam mengingatkan jadwal kegiatan posyandu lansia, membawa lansia untuk mengikuti senam lansia, mendengarkan pengaduan lansia dan pemberian penghargaan kepada lansia dan motivasi atau dorongan hidup bagi lansia (Yuniartika & Muhammad, 2019)

## PENUTUP

Kualitas hidup lansia meningkat merupakan hasil akhir dari pengabdian

masyarakat ini. Hal tersebut ditunjukkan dengan peningkatan pada hasil post test yang meningkat menjadi 92,5% lansia yang memiliki kualitas hidup baik. Sebelumnya, hasil pre-test menunjukkan skor 75% lansia memiliki kualitas hidup yang baik. Setelah menerima penyuluhan, pengajian, dan pelatihan dari kader lansia, hasil post test meningkat menjadi 92,5% lansia dengan kualitas hidup baik. Untuk mencegah masalah kesehatan pada lansia, kegiatan yang diatas harus lebih sering dilakukan untuk menilai kualitas hidup mereka.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua peserta pelatihan, termasuk kader dan lansia yang mengambil bagian aktif. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada para tokoh desa Purbayan, para bidan desa, dan pihak Puskesmas Baki Sukoharjo yang telah membantu terlaksananya proyek pengabdian masyarakat ini. Kami mengapresiasi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendanai penuh acara ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Christelis, Dimitris, Dobrescu, & Loretta, I. (2012). The Impact of Social Activities on Cognitive Ageing. *Evidence From Eleven European Countries*, 320.
- Gallardo, L. P., & Peralta. (2017). The Relationship between Religiosity/Spirituality, Social, Support And Quality Of Life Among Elderly Chilean people. *SAGE*, 1–13.
- Gultom, P., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2016). Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Kota Manado. *E Jurnal Keperawatan*, 4(2), 1–6.
- Kartinah, & Sudaryanto, A. (2008). Masalah Psikososial Pada Lanjut Usia. *Berita Ilmu Keperawatan*, 1(1), 93–96.
- Mahakam, M., & Ola, F. K. (2020). Tingkat Pengetahuan Kader Tentang Posyandu Di Puskesmas Temindung Kota Samarinda. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(2), 119–125.
- Martono, H., & Pranaka, K. (2011). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Novita Sari, S. H. C. W. A. (2020). Tingkat Pengetahuan Kader Tentang Kegiatan Posyandu Di Posyandu Beringin Jaya Dusun Poto Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Dan Sains*, 3 (2)(2), 1–9.
- Sagitta, A. (2017). Hubungan Aktivitas Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia Di Padukuhan Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. *Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Trisanti, I., & Khoirunnisa, F. N. (2018). Kinerja Kader Kesehatan Dalam Pelaksanaan Posyandu Di Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26751/jikk.v9i2.470>
- Yuniartika, W., & Muhammad, F. (2019). Family Support on the Activities of Elderly Hypertension Patients in Elderly Gymnastics Activities. *Jurnal Ners*, 14(3), 354–357.
- Yuzefo, M. A., Sabrina, F., & Novaelinda, R. (2016). Hubungan Status Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Jurnal Online Univeritas Riau*.