EFEKTIVITAS POSYANDU LANSIA DALAM DETEKSI DINI PENYAKIT DEGENERATIF DI POSYANDU LANSIA DUSUN BANGSRI KARANGPANDAN

Siskana Dewi Rosita [*1], Mutik Mahmudah [2]
[1,2]STIKes Mitra Husada Karanganyar
*Korespondensi: cisca_rose@yahoo.co.id

ABSTRACT

The number of elderly people in Indonesia continues to increase, reflecting a major challenge in healthcare, particularly in addressing degenerative diseases such as hypertension, stroke, and diabetes mellitus. These conditions often develop without clear early symptoms, making early detection a crucial strategy to improve the quality of life for older adults. The Posyandu Lansia (Elderly Integrated Health Service Post), as a community-based healthcare service, has the potential to play a key role in the early detection of degenerative diseases. The aim of this study was to determine the effectiveness of Posyandu Lansia activities in improving early detection capabilities for degenerative diseases among the elderly in Bangsri Hamlet, Karangpandan. This research employed a quasi-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach. The sample consisted of 40 elderly individuals actively participating in Posyandu activities, selected through purposive sampling. The intervention was in the form of health education regarding degenerative diseases. Data were collected using a questionnaire that had been tested for validity and reliability. Analysis was conducted using the paired t-test. The results showed that before the intervention, the majority of respondents (50%) had poor early detection skills. After the intervention, a significant improvement was observed, with 65% of respondents demonstrating good skills. The average early detection score increased from 58.25 to 73.40 (p = 0.000). The study concludes that Posyandu Lansia is effective in improving the knowledge and skills of elderly individuals in detecting the early symptoms of degenerative diseases. Community-based educational strategies, implemented in a simple yet structured manner, can have a significant impact on improving the health quality of older adults. Continuous support from healthcare workers, community cadres, and families is necessary to maintain program effectiveness and to reach elderly individuals with cognitive or physical limitations.

Keywords: *Elderly Posyandu, early detection, degenerative diseases, elderly, health education*

ABSTRAK

Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia terus meningkat, mencerminkan tantangan besar dalam pelayanan kesehatan, khususnya dalam menangani penyakit degeneratif seperti hipertensi, stroke, dan diabetes mellitus. Penyakit-penyakit ini sering berkembang tanpa gejala awal yang jelas, sehingga deteksi dini menjadi strategi penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Posyandu Lansia sebagai bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat berpotensi memainkan peran kunci dalam mendeteksi dini penyakit degeneratif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas kegiatan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif pada lansia di Dusun Bangsri, Karangpandan. Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test and post-tes*t. Sampel berjumlah 40 lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu, dipilih secara *purposive sampling*. Intervensi berupa penyuluhan kesehatan mengenai penyakit degeneratif. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis dilakukan menggunakan uji t berpasangan (paired t-test). Hasil penelitian adalah sebelum intervensi, sebagian besar responden (50%) memiliki kemampuan deteksi dini yang kurang. Setelah intervensi, terjadi peningkatan signifikan, dengan 65% responden memiliki kemampuan yang baik. Rata-rata skor deteksi dini meningkat dari 58,25 menjadi 73,40 (p = 0,000). Simpulan penelitian adalah posyandu lansia efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia dalam mendeteksi gejala awal penyakit degeneratif. Strategi edukatif berbasis komunitas yang dilakukan secara sederhana namun terstruktur mampu memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan kualitas kesehatan lansia. Diperlukan dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan, kader, dan keluarga untuk menjaga efektivitas program serta menjangkau lansia dengan keterbatasan kognitif atau fisik.

Kata kunci: Posyandu Lansia, deteksi dini, penyakit degeneratif, lansia, penyuluhan kesehatan

PENDAHULUAN

Penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia mengalami peningkatan signifikan dari tahun ke tahun. Berdasarkan proyeksi Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2025 jumlah lansia di Indonesia diperkirakan mencapai 36 juta jiwa, atau sekitar 11,8% dari total populasi nasional (BPS, 2020). Kondisi ini menandakan bahwa Indonesia akan memasuki era "aging population", di mana proporsi lansia dalam struktur demografi semakin besar. Fenomena ini merupakan implikasi dari keberhasilan pembangunan kesehatan, namun sekaligus menjadi tantangan dalam hal pelayanan kesehatan khususnya penyakit kronis.

Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit, khususnya penyakit degeneratif (Nugroho, 2000).

Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronis yang umumnya tidak menular dan terjadi akibat penurunan fungsi organ secara bertahap, seperti hipertensi, stroke, diabetes mellitus, osteoartritis, dan penyakit jantung koroner (Depkes RI, 2010). Menurut Riskesdas (2018), hipertensi adalah penyakit terbanyak pada lansia dengan prevalensi 63%, diikuti oleh diabetes mellitus sebesar 27%, dan stroke sebesar 12%. Penyakit-penyakit ini seringkali tidak terdeteksi sejak dini karena berkembang perlahan tanpa gejala yang signifikan pada awalnya.

Lansia membutuhkan intervensi khusus agar dapat mempertahankan kualitas hidup dan kemandirian. Salah satu strategi yang efektif adalah melalui deteksi dini penyakit degeneratif**.** Deteksi dini memungkinkan intervensi dilakukan lebih awal untuk mencegah komplikasi, memperlambat progresivitas penyakit, dan meningkatkan prognosis kesehatan (WHO, 2015). Namun, pelaksanaan deteksi dini di kalangan lansia masih menghadapi berbagai kendala seperti rendahnya pengetahuan kesehatan, akses terhadap fasilitas kesehatan, dan keterbatasan tenaga kesehatan yang mampu menjangkau komunitas lansia secara langsung (Notoatmodjo, 2010).

Dalam konteks pelayanan kesehatan berbasis masyarakat, Posyandu Lansia memiliki peran strategis. Posyandu Lansia merupakan forum pelayanan kesehatan terpadu yang dikelola oleh masyarakat dan bertujuan meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui pendekatan promotif dan preventif (Depkes RI, 2007). Kegiatan yang dilakukan mencakup pemeriksaan tekanan darah, pengukuran berat badan, penyuluhan gizi, latihan fisik ringan, serta edukasi tentang pencegahan dan deteksi dini penyakit. Posyandu Lansia juga memberikan kesempatan kepada lansia untuk berkumpul, berinteraksi, dan meningkatkan kesejahteraan psikososial mereka (Suyono, 1997).

Menurut Supriyanto (2014), kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan di Posyandu Lansia dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia dalam mengenali tanda-tanda awal penyakit degeneratif. Keterlibatan kader kesehatan dan tenaga medis dalam kegiatan ini sangat penting untuk mendukung keberhasilan program. Penelitian Damayanti (2013) juga menunjukkan bahwa lansia yang rutin mengikuti Posyandu memiliki kemampuan lebih baik dalam mengelola kesehatannya dibandingkan yang tidak aktif.

Meskipun demikian, efektivitas kegiatan Posyandu Lansia dalam meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif masih memerlukan pengkajian lebih lanjut, terutama dalam konteks penerapan praktis dan pemantauan hasil edukasi secara sistematis. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengetahui seberapa besar kontribusi Posyandu Lansia dalam meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif, khususnya di Posyandu Lansia Dusun Bangsri Karangpandan.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Lokasi penelitian di Posyandu Lansia Dusun Bangsri,

Kabupaten Karanganyar. Waktu pelaksanaan adalah bulan Januari 2025.

Populasi adalah seluruh lansia yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia, dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi. **Analisis data** dilakukan dengan *paired t-test* untuk melihat perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden dan variabel utama yaitu kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif sebelum dan sesudah intervensi Posyandu Lansia. Dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f) Pers
Usia	60–69 tahun	22
	70–79 tahun	14
	≥80 tahun	4
Jenis Kelamin	Perempuan	28
	Laki-laki	12
Pendidikan Terakhir	Tidak sekolah	5
	SD/Sederajat	20
	SMP/SMA	15

Tabel 1 menunjukkan distribusi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Dari total 40 responden, mayoritas berada pada rentang usia 60–69 tahun sebanyak 22 orang (55%)**,** yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada awal masa lansia. Kelompok usia ini masih berada dalam kondisi fisik yang relatif stabil dan dapat menerima intervensi edukatif dengan baik.

Dari sisi jenis kelamin, responden perempuan mendominasi sebanyak 28 orang (70%), sedangkan laki-laki hanya 12 orang (30%). Hal ini sesuai dengan fenomena umum bahwa perempuan memiliki angka harapan hidup lebih tinggi dibanding laki-laki, sehingga proporsi perempuan lansia lebih besar dalam populasi lansia (BPS, 2020).

Dilihat dari tingkat pendidikan terakhir, separuh responden berpendidikan SD atau sederajat (50%)**,** sementara 37,5% berpendidikan SMP/SMA**,** dan 12,5% tidak pernah mengenyam pendidikan formal. Tingkat pendidikan ini menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan individu dalam memahami informasi kesehatan dan menjalankan deteksi dini penyakit secara mandiri.

Kemampuan Deteksi Dini Sebelum Pendidikan Kesehatan

Tabel 2. Kemampuan Deteksi Dini Sebelum Pendidikan Kesehatan

Kategori Kemampuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	6	15.0
Cukup	14	35.0
Kurang	20	50.0

Sumber Data Primer 2025

Tabel 2 menggambarkan kondisi kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif sebelum dilakukan intervensi edukatif melalui kegiatan Posyandu Lansia. Diketahui bahwa sebagian besar responden (20 orang atau 50%) memiliki

kemampuan yang tergolong kurang**,** dan hanya 6 orang (15%) yang memiliki kemampuan baik dalam mendeteksi gejala awal penyakit degeneratif. Sisanya, 14 orang (35%) berada dalam kategori cukup.
Data ini mengindikasikan bahwa sebelum intervensi, masih banyak lansia yang belum memiliki pengetahuan atau keterampilan yang memadai dalam mendeteksi gejala awal penyakit degeneratif. Hal ini bisa disebabkan oleh rendahnya tingkat pendidikan, kurangnya akses informasi kesehatan, serta belum optimalnya pelaksanaan penyuluhan atau pemeriksaan rutin di Posyandu sebelumnya.

Kemampuan Deteksi Dini Setelah Pendidikan Kesehatan

Tabel 3. Kemampuan Deteksi Dini Setelah Pendidikan Kesehatan

Kategori Kemampuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	26	65.0
Cukup	10	25.0
Kurang	4	10.0

Sumber Data Primer 2025

Tabel 3 menunjukkan hasil kemampuan deteksi dini setelah dilakukan penyuluhan dalam kegiatan Posyandu Lansia. Terjadi peningkatan yang signifikan pada kategori "baik" sebanyak 26 orang (65%)**,** sementara kategori "cukup" menurun menjadi 10 orang (25%) dan hanya 4 orang (10%) yang masih dalam kategori "kurang".
Peningkatan ini menandakan bahwa intervensi edukasi kesehatan yang diberikan melalui kegiatan Posyandu Lansia efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan lansia dalam mengenali gejala penyakit degeneratif seperti hipertensi, stroke, dan diabetes mellitus. Penyuluhan yang disampaikan dengan bahasa sederhana dan pendekatan partisipatif kemungkinan besar memudahkan lansia untuk memahami materi, sehingga terjadi peningkatan yang nyata dalam kemampuan mereka.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji t berpasangan (*paired t-test*) untuk mengetahui perbedaan rerata skor kemampuan deteksi dini sebelum dan sesudah intervensi. Dengan Hasil sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji t berpasangan

Variabel	Mean ± SD (Sebelum)	Mean ± SD (Sesudah)	p-value
Skor Kemampuan Deteksi Dini	58.25 ± 8.3	73.40 ± 7.5	0.000**

Tabel 4 menyajikan hasil analisis bivariat menggunakan *uji t berpasangan (paired t-test)* terhadap rata-rata skor kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif sebelum dan sesudah pelaksanaan penyuluhan di Posyandu Lansia.
Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skor kemampuan deteksi dini sebelum intervensi adalah 58,25 dengan standar deviasi sebesar 8,3**,** sedangkan sesudah intervensi meningkat menjadi 73,40 dengan standar deviasi **7,5**. Selisih peningkatan skor ini menunjukkan adanya perbaikan signifikan dalam aspek pengetahuan dan keterampilan lansia

dalam mendeteksi gejala awal penyakit degeneratif.

Uji statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$)**,** yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kemampuan deteksi dini sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Dengan demikian, hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Artinya, penyuluhan yang diberikan melalui kegiatan Posyandu Lansia berpengaruh nyata terhadap peningkatan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif pada lansia.

Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan dan intervensi edukatif berbasis komunitas yang dilakukan secara sederhana namun terstruktur mampu memberikan dampak positif terhadap perubahan pengetahuan lansia. Hal ini memperkuat peran strategis Posyandu Lansia sebagai sarana efektif dalam pencegahan penyakit tidak menular pada kelompok usia lanjut.

Dari segi praktis, peningkatan ini menandakan bahwa metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan Posyandu seperti komunikasi interpersonal, diskusi kelompok kecil, penggunaan alat bantu visual sederhana terbukti mudah dipahami dan diterima oleh lansia. Dukungan kader posyandu dan tenaga kesehatan juga menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan edukatif yang kondusif.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan Posyandu Lansia berperan signifikan dalam meningkatkan kemampuan lansia dalam mendeteksi dini penyakit degeneratif. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan rerata skor deteksi dini dari 58,25 sebelum intervensi menjadi 73,40 sesudah intervensi, dengan nilai *p-value* 0,000 yang menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik. Kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan yang dilakukan melalui Posyandu terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan lansia, khususnya dalam mengenali gejala awal penyakit tidak menular seperti hipertensi, stroke, diabetes mellitus, dan penyakit jantung.

Penemuan ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2010), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan sarana penting dalam perubahan perilaku dan peningkatan kemampuan individu dalam upaya promotif dan preventif. Lansia yang mendapatkan informasi secara rutin akan memiliki peluang lebih besar dalam mendeteksi gejala awal penyakit, melakukan pencegahan, serta mencari layanan kesehatan lebih cepat.

Peningkatan kemampuan deteksi dini ini juga diperkuat oleh penelitian Supriyanto (2014), yang menunjukkan bahwa lansia yang aktif mengikuti penyuluhan di Posyandu memiliki tingkat pengetahuan lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak aktif. Mekanisme pelaksanaan Posyandu Lansia yang bersifat komunitas, interaktif, dan didukung oleh kader kesehatan membuat informasi lebih mudah diterima oleh kelompok usia lanjut, meskipun sebagian besar responden berpendidikan rendah.

Keberhasilan penyuluhan di Posyandu Lansia juga tidak terlepas dari metode pendekatan yang digunakan, seperti diskusi kelompok kecil, penggunaan

bahasa yang sederhana, dan pemberian contoh nyata dalam kehidupan sehari-hari. Lansia lebih mudah menerima dan memahami materi yang disampaikan secara kontekstual dan aplikatif. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip pembelajaran orang dewasa (andragogi), yang menekankan pada pengalaman dan relevansi dengan kehidupan peserta (Nugroho, 2000).

Meskipun hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan, masih terdapat sekitar 10% responden yang berada pada kategori kemampuan "kurang" setelah intervensi. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan daya tangkap informasi karena faktor usia, penurunan fungsi kognitif, atau gangguan kesehatan tertentu seperti gangguan pendengaran dan penglihatan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih individual, kunjungan rumah, serta keterlibatan keluarga dalam proses edukasi agar informasi dapat lebih optimal diterima oleh lansia.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya optimalisasi Posyandu Lansia sebagai sarana strategis dalam program deteksi dini penyakit degeneratif. Keberlanjutan kegiatan, pelatihan kader secara berkala, dan kolaborasi lintas sektor (puskesmas, desa, organisasi sosial) menjadi faktor penting untuk menjaga efektivitas program ini.

SIMPULAN

Posyandu Lansia terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif. Diperlukan dukungan dari tenaga kesehatan, kader, dan keluarga untuk menjaga keberlangsungan kegiatan posyandu secara rutin dan berkualitas. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengevaluasi intervensi jangka panjang dan melibatkan variabel lain seperti motivasi, gaya hidup, dan dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2010) *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Azrul, A.Z. (1998) *Pengantar Administrasi Kesehatan*. Jakarta: UI Press.

Badan Pusat Statistik (2020) *Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia*. Jakarta: BPS.

Budiono (1997) *Posyandu Lansia*. Surabaya: Airlangga University Press.

Damayanti, R. (2013) *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Salemba Medika.

Depkes RI (2000) *Pedoman* Pelaksanaan *Posyandu Lansia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

Depkes RI (2005) *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

Depkes RI (2007) *Pedoman Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

Depkes RI (2010) *Penyakit Degeneratif dan Pencegahannya*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

Depkes RI (2015) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.

Escardio (2007) 'Hypertension and Type 2 Diabetes', *European Society of Cardiology Journal*, 28(6), pp. 1225–1232.

Hardinsyah (2015) *Ilmu Gizi untuk Usia Lanjut*. Jakarta: IPB Press.

Kemenkes RI (2012) *Buku Saku Posyandu Lansia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI (2014) *Panduan Pelayanan Posbindu PTM*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI (2018) *Rencana Aksi Nasional Lanjut Usia 2020–2024*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kholifah, N. (2020) 'Deteksi Dini Hipertensi di *Posyandu', Jurnal Promkes*, 8(2), pp. 90–96.

Ministry of *Health* Malaysia (2017) *Elderly Health Program Guidelines*. Putrajaya: MoH Malaysia.

Nugroho, W. (2000) *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.

Notoatmodjo, S. (2005) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2010) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam (2011) *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Riyanto, A. (2011) *Dasar-Dasar Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Riskesdas (2013) *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Litbangkes.

Riskesdas (2018) *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Litbangkes.

Santoso, H. (*2015*) *Penyakit Degeneratif pada Lansia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sarwono, S.W. (2002) *Psikologi Lansia*. *Jakarta*: UI Press.

Setyonegoro, T. (2000) *Psikogeriatri*. Jakarta: *FKUI*.

Supriyanto, S. (2014) 'Efektivitas *Penyuluhan* Kesehatan di Posyandu', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), pp. 55–62.

Suyono, A. (1997) *Pedoman Gizi Lansia*. Jakarta: Ditjen Binkesmas.

World Health Organization (2015) *World Report on Ageing and Health*. Geneva: WHO Press.