



Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Peningkatan Kesehatan Lansia Hipertensi

Cipto¹, Siswoko¹, Ajeng Titah Normawati^{1*}

¹Poltekkes Kemenkes Semarang, Jalan Tirta Agung Pedalangan Banyumanik Semarang, Indonesia

¹okecipto3@gmail.com*

Artikel History:

Received: 25 Juni 2026 / Received in revised form: 14 Juli 2026 / Accepted: 3 Agustus 2026

ABSTRACT

Hypertension is a major health problem in the elderly, putting them at risk of stroke, heart disease, and other cardiovascular complications. The role of Posyandu Lansia cadres is crucial in supporting promotive and preventive efforts, but their skills in health education, blood pressure monitoring, and mentoring the elderly still need to be improved. This community service activity aims to improve the knowledge and skills of cadres in managing hypertension in the elderly at the Posyandu Lansia in Gempolrejo Village, Tunjungan District, Blora Regency. The methods used included counseling, training in blood pressure measurement using a digital sphygmomanometer, health communication training, education on preventing hypertension complications, and evaluation through pre- and post-tests. The activity was attended by 15 health cadres. The results showed an increase in cadre knowledge, marked by an increase in the average score from 62.3 ± 8.7 in the pre-test to 87.7 ± 6.5 in the post-test, an increase of 25.4 points or 40.8%. In addition, the proportion of cadres with good knowledge increased from 20.0% to 86.7%. This activity effectively increased the capacity of cadres in health education, blood pressure monitoring, and mentoring elderly people with hypertension. Empowering Posyandu (Lansia Integrated Health Post) cadres can be a sustainable strategy for improving the health of elderly people with hypertension in the community.

Keywords: *health cadres, hypertension, elderly, Posyandu*

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang berisiko menyebabkan stroke, penyakit jantung, dan komplikasi kardiovaskular lainnya. Peran kader Posyandu Lansia sangat penting dalam mendukung upaya promotif dan preventif, namun kemampuan kader dalam edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan pendampingan lansia masih perlu ditingkatkan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Desa Gempolrejo, Kecamatan Tunjungan, Kabupaten Blora. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, pelatihan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital, pelatihan komunikasi kesehatan, edukasi pencegahan komplikasi hipertensi, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Kegiatan diikuti oleh 15 kader kesehatan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader yang ditandai dengan kenaikan nilai rata-rata dari $62,3 \pm 8,7$ pada pre-test menjadi $87,7 \pm 6,5$ pada post-test, dengan peningkatan sebesar 25,4 poin atau 40,8%. Selain itu, proporsi kader dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20,0% menjadi 86,7%. Kegiatan ini efektif meningkatkan kapasitas kader dalam edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan pendampingan lansia hipertensi. Pemberdayaan kader Posyandu Lansia dapat menjadi strategi berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan lansia dengan hipertensi di masyarakat.

Kata kunci : *kader kesehatan, hipertensi, lansia, posyandu*

*Ajeng Titah Normawati.

Email: ajengtihn@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



1. PENDAHULUAN

Hipertensi pada lanjut usia (lansia) merupakan salah satu tantangan kesehatan global paling krusial yang prevalensinya terus meningkat. Kondisi ini sering berkembang tanpa gejala yang jelas pada tahap awal sehingga kerap disebut sebagai *silent killer*. Meskipun demikian, hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ target, seperti jantung, otak, dan ginjal, yang pada akhirnya meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas pada lansia (Unger et al., 2024; Zhou et al., 2024). Pada populasi lansia, bentuk hipertensi yang paling banyak ditemukan adalah *isolated systolic hypertension* (ISH), yaitu peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dengan tekanan diastolik yang relatif normal atau tidak meningkat secara proporsional. Kondisi ini erat kaitannya dengan berkurangnya elastisitas arteri akibat proses penuaan, peningkatan kekakuan pembuluh darah, serta perubahan struktur vaskular yang terjadi secara progresif (Brunström et al., 2023; Williams et al., 2024). Secara fisiologis, peningkatan tekanan sistolik menyebabkan beban kerja jantung (*afterload*) meningkat sehingga memicu hipertrofi ventrikel kiri, remodeling jantung, serta meningkatkan risiko stroke, infark miokard, gagal jantung, dan berbagai komplikasi kardiovaskular lainnya (Mu'awanah et al., 2025; Satrijo et al., 2023). Bukti dari berbagai studi dan meta-analisis menunjukkan bahwa pengendalian tekanan darah yang optimal pada penderita ISH mampu menurunkan risiko kejadian kardiovaskular mayor secara signifikan, terutama ketika tekanan sistolik dapat dipertahankan di bawah 140 mmHg dan, pada kondisi tertentu, mendekati target <130 mmHg apabila dapat ditoleransi dengan baik oleh pasien (Brunström et al., 2023). Berbagai faktor yang menjadi risiko hipertensi meliputi usia, genetik, pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, stres, serta penyakit penyerta. Pencegahan dan pengendalian hipertensi memerlukan pendekatan komprehensif berbasis masyarakat melalui intervensi promotif dan preventif yang berkelanjutan (Cipto et al., 2024). Namun demikian, terdapat kesenjangan (*gap analysis*) yang nyata di lapangan antara kebutuhan ideal pengendalian hipertensi lansia dengan realitas kapasitas pelayanan di tingkat akar rumput.

Perkembangan hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, baik yang tidak dapat dimodifikasi maupun yang dapat dikendalikan. Faktor tersebut meliputi pertambahan usia, predisposisi genetik, konsumsi garam berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, stres psikologis, serta keberadaan penyakit penyerta seperti diabetes melitus dan obesitas (Mills et al., 2024). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui strategi promotif dan preventif berbasis masyarakat yang dilaksanakan secara berkelanjutan (Cipto et al., 2020). Namun, pelaksanaan program pengendalian hipertensi pada lansia masih menghadapi berbagai kendala di tingkat komunitas. Terdapat kesenjangan yang cukup nyata antara kebutuhan ideal pelayanan kesehatan lansia dengan kapasitas sumber daya yang tersedia di tingkat pelayanan dasar.

Hasil analisis situasi di Kecamatan Tunjungan, Kabupaten Blora, menunjukkan bahwa pelaksanaan program pengendalian hipertensi lansia masih terkendala oleh keterbatasan kompetensi kader kesehatan Posyandu Lansia, terutama dalam memberikan edukasi kesehatan, melakukan komunikasi yang efektif, memantau tekanan darah secara berkala, serta mendampingi lansia dalam pengelolaan penyakitnya. Keterbatasan tersebut berpotensi menurunkan kualitas pelayanan, menghambat deteksi dini, dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi hipertensi. Berdasarkan rekomendasi tenaga kesehatan dari Puskesmas Tunjungan, Desa Gempolrejo dapat menjadi lokasi target kegiatan karena memiliki jumlah lansia dengan hipertensi yang cukup tinggi. Di sisi lain, desa ini memiliki potensi pendukung berupa kader kesehatan yang aktif dan dukungan pemerintah desa yang kuat untuk menjamin keberlanjutan program.

Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, dilaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertema “Pemberdayaan Kader dalam Peningkatan Kualitas Kesehatan Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia”. Program ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan praktis 15 kader kesehatan di Desa Gempolrejo dalam memberikan pelayanan promotif dan preventif kepada lansia. Keunggulan program ini terletak pada pendekatan intervensi yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga mengintegrasikan penguatan keterampilan klinis dan kemampuan psikososial kader. Pelatihan penggunaan alat ukur tekanan darah digital dipadukan dengan pengembangan keterampilan komunikasi terapeutik dan pendampingan lansia, sehingga kader mampu memberikan pelayanan yang lebih komprehensif. Selain itu, program menerapkan model kemitraan berkelanjutan melalui supervisi langsung oleh

bidan desa. Dalam skema ini, bidan desa berperan melakukan pembinaan lanjutan, memantau implementasi hasil pelatihan, serta mengintegrasikan kegiatan kader ke dalam layanan kesehatan rutin di tingkat desa. Pendekatan tersebut memungkinkan terjadinya transformasi peran kader dari sekadar pelaksana administrasi menjadi agen perubahan (*agent of change*) yang berkontribusi aktif dalam upaya menurunkan beban penyakit kardiovaskular pada masyarakat pedesaan.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain pemberdayaan masyarakat (community empowerment) melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang berfokus pada peningkatan kapasitas kader Posyandu Lansia dalam pengelolaan hipertensi pada lansia. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Lansia Desa Gempolrejo, Kecamatan Tunjungan, Kabupaten Blora dengan sasaran utama kader kesehatan yang aktif dalam pelayanan kesehatan lansia. Pengimbas (beneficiaries) dalam kegiatan ini adalah kader kesehatan Posyandu Lansia yang diharapkan mampu meneruskan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh kepada lansia, keluarga lansia, serta masyarakat di wilayah Desa Gempolrejo.

Variabel pengabdian yang diukur adalah tingkat pengetahuan kader mengenai hipertensi pada lansia, teknik pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital, komunikasi kesehatan, serta pencegahan komplikasi hipertensi. Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pemerintah desa, bidan desa, dan kader kesehatan untuk mengidentifikasi kebutuhan lapangan dan menyusun rencana pelaksanaan program. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi pada lansia, faktor risiko, komplikasi, pengelolaan hipertensi, dan pentingnya deteksi dini. Kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan penggunaan tensimeter digital, praktik pengukuran tekanan darah, pelatihan komunikasi efektif dalam edukasi kesehatan, serta pendampingan kader dalam memberikan informasi kesehatan kepada lansia.

Sumber data dalam kegiatan ini terdiri atas data primer yang diperoleh langsung dari kader kesehatan melalui pengisian kuesioner dan observasi praktik keterampilan kader selama pelatihan. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan metode pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, serta lembar observasi untuk menilai kemampuan kader dalam melakukan pengukuran tekanan darah dan edukasi kesehatan. Instrumen evaluasi berisi pertanyaan terkait hipertensi pada lansia, faktor risiko, teknik pengukuran tekanan darah, komunikasi kesehatan, dan pencegahan komplikasi hipertensi.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test serta distribusi tingkat pengetahuan kader sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil analisis disajikan dalam bentuk frekuensi, persentase, nilai rata-rata, dan selisih peningkatan skor pengetahuan. Seluruh peserta memperoleh penjelasan mengenai tujuan kegiatan dan berpartisipasi secara sukarela dengan tetap menjunjung prinsip kerahasiaan data peserta, menghormati hak partisipan, serta menerapkan prinsip etik *beneficence*, *non-maleficence*, *respect for persons*, dan *justice* selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

3. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

HASIL

3.1 Karakteristik Kader Kesehatan

Tabel 1. Karakteristik Kader Kesehatan Posyandu Lansia Desa Gempolrejo (n=15)

No	Karakteristik	Kategori	f	%
1	Usia	31–40 tahun	4	26,7
		41–50 tahun	6	40,0
		51–60 tahun	3	20,0
		>60 tahun	2	13,3
2	Tingkat Pendidikan	SMP/Sederajat	4	26,7
		SMA/Sederajat	8	53,3
		Perguruan Tinggi	3	20,0
		< 3 Tahun	4	26,7

3	Lama Menjadi Kader	3–5 Tahun	7	46,7
		> 5 Tahun	4	26,7

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar kader kesehatan berada pada rentang usia 41–50 tahun yaitu sebanyak 6 orang (40,0%). Mayoritas kader memiliki tingkat pendidikan SMA/ sederajat sebanyak 8 orang (53,3%) dan telah menjadi kader selama 3–5 tahun sebanyak 7 orang (46,7%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa kader memiliki pengalaman yang cukup dalam kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat sehingga berpotensi menjadi agen perubahan dalam peningkatan kualitas pelayanan kesehatan lansia.

3.2 Distribusi Jawaban Benar Kader pada Setiap Item Kuesioner

Tabel 2. Distribusi Jawaban Benar Kader pada Setiap Item Kuesioner Sebelum dan Sesudah Kegiatan (n=15)

No	Item Pengetahuan dan Keterampilan	Pre-test n (%)	Post-test n (%)
1	Definisi hipertensi	10 (66,7)	15 (100)
2	Hipertensi sebagai silent killer	9 (60,0)	15 (100)
3	Pentingnya pemeriksaan tekanan darah rutin	8 (53,3)	14 (93,3)
4	Pengaruh konsumsi garam terhadap hipertensi	10 (66,7)	15 (100)
5	Manfaat aktivitas fisik bagi lansia hipertensi	11 (73,3)	15 (100)
6	Persiapan sebelum pengukuran tekanan darah	9 (60,0)	14 (93,3)
7	Pemasangan manset tensimeter yang benar	8 (53,3)	13 (86,7)
8	Posisi lengan saat pengukuran tekanan darah	7 (46,7)	14 (93,3)
9	Larangan berbicara saat pengukuran tekanan darah	8 (53,3)	14 (93,3)
10	Penggunaan tensimeter digital	10 (66,7)	15 (100)
11	Komunikasi efektif kepada lansia	9 (60,0)	15 (100)
12	Pentingnya pengulangan edukasi kesehatan	8 (53,3)	14 (93,3)
13	Kesempatan bertanya bagi lansia	10 (66,7)	15 (100)
14	Sikap empati dalam komunikasi kesehatan	11 (73,3)	15 (100)
15	Keterlibatan keluarga dalam perawatan lansia	9 (60,0)	14 (93,3)
16	Stroke sebagai komplikasi hipertensi	10 (66,7)	15 (100)
17	Kepatuhan minum obat hipertensi	11 (73,3)	15 (100)
18	Manfaat berhenti merokok	10 (66,7)	15 (100)
19	Pola makan sehat pada hipertensi	8 (53,3)	14 (93,3)
20	Pentingnya pemantauan tekanan darah berkala	11 (73,3)	15 (100)

Berdasarkan hasil evaluasi setiap item kuesioner, terjadi peningkatan jumlah jawaban benar pada seluruh aspek pengetahuan setelah pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan. Peningkatan terbesar terlihat pada aspek teknik pengukuran tekanan darah, komunikasi kesehatan kepada lansia, serta pencegahan komplikasi hipertensi. Sebelum pelatihan, beberapa materi seperti posisi lengan saat pengukuran tekanan darah, pemasangan manset yang benar, dan pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin masih belum dipahami secara optimal oleh kader. Setelah intervensi, sebagian besar kader mampu menjawab dengan benar lebih dari 90% item yang diberikan. Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan dan praktik langsung yang digunakan dalam kegiatan pengabdian efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan terkait pelayanan lansia dengan hipertensi.

3.3 Hasil Pengetahuan dan Keterampilan Kader

Tabel 3.3a Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan dan Keterampilan Kader (n=15)

Variabel	Mean	SD	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Pre-Test	62,3	8,7	50	75
Post-Test	87,7	6,5	75	100
Selisih Peningkatan	25,4			

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader setelah mengikuti kegiatan pengabdian. Nilai rata-rata pre-test sebesar $62,3 \pm 8,7$ meningkat menjadi $87,7 \pm 6,5$ pada post-test. Terjadi peningkatan rata-rata skor sebesar 25,4 poin atau meningkat sebesar 40,8% dibandingkan sebelum intervensi.

Tabel 3.3b Distribusi Tingkat Pengetahuan dan Keterampilan Sebelum dan Sesudah

Kategori Pengetahuan	Pre-Test n (%)	Post-Test n (%)	p-value
Kurang (<56)	3 (20,0)	0 (0,0)	0,003
Cukup (56–75)	9 (60,0)	2 (13,3)	
Baik (>75)	3 (20,0)	13 (86,7)	
Total	15 (100)	15 (100)	

Berdasarkan kategori tingkat pengetahuan, sebelum pelatihan sebagian besar kader memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 9 orang (60,0%) dan kategori baik sebanyak 3 orang (20,0%). Setelah mengikuti pelatihan, sebanyak 13 orang (86,7%) berada pada kategori pengetahuan baik dan 2 orang (13,3%) berada pada kategori cukup.

Hasil analisis menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,003$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi edukasi dan pelatihan pengukuran tekanan darah. Dengan demikian, intervensi edukasi dan pelatihan pengukuran tekanan darah dalam pengabdian masyarakat ini terbukti memberikan pengaruh yang bermakna terhadap pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan secara signifikan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat memperkuat peran kader dalam melakukan edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, serta pendampingan lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Desa Gempolrejo secara berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pelatihan dan penyuluhan yang diberikan kepada kader kesehatan Posyandu Lansia Desa Gempolrejo efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader mengenai hipertensi pada lansia. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 62,3 pada saat pre-test menjadi 87,7 pada saat post-test, dengan peningkatan skor sebesar 25,4 poin. Perubahan tersebut juga terlihat dari distribusi kategori pengetahuan, dimana sebelum intervensi sebagian besar kader berada pada kategori cukup (60,0%) dan kurang (20,0%), sedangkan setelah intervensi sebagian besar kader berada pada kategori baik (86,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan pelatihan mampu meningkatkan kapasitas kader sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Dewiyuliana (2025) yang melaporkan bahwa pelatihan dan pendampingan kader melalui metode lima langkah Posyandu mampu meningkatkan pengetahuan kader dari dominasi kategori sedang sebelum intervensi menjadi kategori tinggi setelah pelatihan. Penelitian tersebut menegaskan bahwa proses pembelajaran yang tidak hanya berupa ceramah, tetapi juga disertai pendampingan praktik, diskusi, dan evaluasi berkelanjutan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kompetensi kader dalam menjalankan tugas pelayanan kesehatan masyarakat (Dewiyuliana et al., 2025).

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Kusumawati (2024) yang menunjukkan bahwa peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan berbasis kebutuhan mampu memperkuat penguasaan kompetensi dasar kader, meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit, serta mendukung optimalisasi Integrasi Layanan Primer (ILP). Penelitian tersebut menekankan bahwa rendahnya pengetahuan merupakan akar permasalahan utama dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan di tingkat komunitas, sehingga pelatihan yang sistematis dan berkelanjutan menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kualitas pelayanan promotif dan preventif (Kusumawati et al., 2024).

Selanjutnya, hasil pengabdian ini turut memperkuat temuan Noprida (2022) yang melaporkan adanya peningkatan proporsi kader dengan kategori pengetahuan baik setelah mengikuti pelatihan, dari 65% pada *pre-test* menjadi 90% pada *post-test*. Peningkatan tersebut terjadi karena metode pelatihan tidak hanya menyampaikan materi secara teoritis, tetapi juga memanfaatkan diskusi, simulasi, media audiovisual, serta praktik langsung sehingga kader lebih mudah memahami materi dan mampu mengimplementasikannya dalam pelayanan Posyandu. Pendekatan pembelajaran yang aktif tersebut memungkinkan terjadinya peningkatan retensi pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi kepada masyarakat (Noprida et al., 2022).

Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar kader berada pada kelompok usia 41–50 tahun (40,0%) dengan tingkat pendidikan SMA/ sederajat (53,3%) dan pengalaman menjadi kader selama 3–5 tahun (46,7%). Menurut teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning theory*), individu yang memiliki pengalaman sosial dan keterlibatan aktif dalam kegiatan masyarakat cenderung lebih mudah menerima pengetahuan baru karena dapat menghubungkannya dengan pengalaman yang telah dimiliki sebelumnya. Pengalaman kader dalam kegiatan posyandu menjadi modal penting dalam proses peningkatan kompetensi melalui pelatihan yang diberikan. Peningkatan pengetahuan yang terjadi pada penelitian ini sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan intervensi utama dalam mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan seseorang. Program edukasi yang diberikan melalui metode ceramah, diskusi, demonstrasi, dan praktik langsung memungkinkan peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik dibandingkan hanya menerima informasi secara pasif. Hasil ini didukung oleh penelitian Ana Faizah (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi secara bermakna setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan (Faizah & others, 2023).

Peningkatan pengetahuan kader juga terlihat pada seluruh item kuesioner. Sebelum pelatihan, masih terdapat kader yang belum memahami definisi hipertensi, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin, teknik pemasangan manset yang benar, posisi lengan saat pengukuran tekanan darah, serta peran keluarga dalam pengelolaan hipertensi. Setelah pelatihan, hampir seluruh item mengalami peningkatan jawaban benar hingga mencapai lebih dari 90%. Temuan ini menunjukkan bahwa metode praktik langsung (*hands-on training*) sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman keterampilan teknis kader, khususnya dalam penggunaan tensimeter digital dan pemantauan tekanan darah lansia.

Menurut teori pemberdayaan masyarakat (*community empowerment theory*), peningkatan kapasitas kader kesehatan merupakan strategi penting dalam pengendalian penyakit tidak menular di tingkat komunitas. Kader berfungsi sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan yang membantu pelaksanaan kegiatan promotif, preventif, deteksi dini, pemantauan kesehatan, dan edukasi masyarakat. Penelitian tentang pemberdayaan kader dalam perawatan lansia hipertensi melaporkan bahwa pelatihan kader dapat meningkatkan kemampuan kader dan keluarga dalam mendukung pengendalian hipertensi pada lansia, sehingga berkontribusi terhadap pencegahan komplikasi penyakit (Surya & others, 2023).

Hasil kegiatan ini juga memperlihatkan peningkatan pemahaman kader mengenai komunikasi kesehatan kepada lansia. Setelah pelatihan, hampir seluruh kader mampu memahami pentingnya penggunaan bahasa yang sederhana, sikap empati, serta keterlibatan keluarga dalam edukasi kesehatan. Temuan ini sangat penting mengingat lansia merupakan kelompok yang memerlukan pendekatan komunikasi khusus karena adanya perubahan fisik, psikologis, maupun fungsi kognitif akibat proses penuaan. Program peningkatan literasi kesehatan pada lansia hipertensi terbukti dapat meningkatkan perilaku kesehatan, kualitas hidup, dan keberhasilan pengendalian penyakit kronis apabila didukung oleh edukator kesehatan yang kompeten (Onprasonk & others, 2024).

Pada aspek pencegahan komplikasi hipertensi, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman kader mengenai hubungan hipertensi dengan stroke, penyakit jantung, kepatuhan minum obat, penghentian kebiasaan merokok, pengaturan pola makan rendah garam, dan pentingnya pemantauan tekanan darah secara berkala. Temuan ini sangat relevan karena hipertensi pada lansia

sering kali tidak menimbulkan gejala sehingga dikenal sebagai *silent killer*. Kurangnya pengetahuan mengenai faktor risiko dan komplikasi dapat menyebabkan keterlambatan penanganan yang berujung pada peningkatan angka kesakitan dan kematian. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan secara berkelanjutan oleh kader kesehatan mampu meningkatkan kepatuhan diet dan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia di wilayah perdesaan (Ulfa & Hutagalung, 2025).

Keberhasilan program ini juga didukung oleh keterlibatan bidan desa sebagai tenaga kesehatan yang berperan dalam pembinaan dan pendampingan kader. Kolaborasi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, dan kader kesehatan merupakan model pemberdayaan masyarakat yang efektif dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan lansia. Penelitian terbaru mengenai pelatihan kader Posyandu Integrasi Layanan Primer menunjukkan bahwa pelatihan yang terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pelayanan kesehatan lansia dengan hipertensi sehingga memperkuat upaya promotif dan preventif di tingkat masyarakat. (Margiyati & others, 2025)

Secara keseluruhan, hasil kegiatan membuktikan bahwa program pemberdayaan kader melalui penyuluhan, pelatihan, dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan mengenai hipertensi pada lansia. Peningkatan kapasitas kader ini menjadi modal penting dalam memperkuat pelayanan Posyandu Lansia, meningkatkan deteksi dini dan pemantauan tekanan darah, memperluas edukasi kesehatan kepada masyarakat, serta mendukung upaya pencegahan komplikasi hipertensi secara berkelanjutan di Desa Gempolrejo. Dengan demikian, tujuan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia dengan hipertensi dapat dinyatakan tercapai dengan baik.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan di Desa Gempolrejo, Kecamatan Tunjungan, Kabupaten Blora berhasil meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader kesehatan dalam pelayanan kesehatan lansia dengan hipertensi. Program dilaksanakan melalui penyuluhan, pelatihan, demonstrasi, dan praktik langsung yang mencakup materi hipertensi pada lansia, teknik pengukuran tekanan darah, komunikasi kesehatan, serta pencegahan komplikasi hipertensi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader yang ditandai dengan kenaikan nilai rata-rata dari 62,3 pada pre-test menjadi 87,7 pada post-test. Selain itu, proporsi kader dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20,0% sebelum pelatihan menjadi 86,7% setelah pelatihan. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi dan praktik langsung efektif dalam memperkuat kapasitas kader sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat. Kader juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pemantauan tekanan darah, edukasi kesehatan, dan upaya pencegahan komplikasi hipertensi pada lansia. Keberhasilan kegiatan didukung oleh keterlibatan aktif kader kesehatan, bidan desa, pemerintah desa, serta dukungan masyarakat setempat. Dengan meningkatnya kompetensi kader, diharapkan kegiatan Posyandu Lansia dapat berjalan lebih optimal dalam mendukung upaya promotif dan preventif, sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup lansia dan mengurangi risiko komplikasi hipertensi secara berkelanjutan di masyarakat.

SARAN

Kader kesehatan diharapkan menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh secara berkelanjutan dalam kegiatan Posyandu Lansia, khususnya dalam edukasi kesehatan dan pemantauan tekanan darah. Bidan desa dan Puskesmas Tunjungan perlu terus melakukan pembinaan dan pendampingan kader agar kompetensi yang telah ditingkatkan dapat dipertahankan. Pemerintah Desa Gempolrejo diharapkan mendukung keberlanjutan program melalui penyediaan sarana dan dukungan kegiatan kesehatan lansia. Selain itu, lansia dan keluarga perlu meningkatkan partisipasi dalam kegiatan posyandu serta menerapkan pola hidup sehat untuk mendukung pengendalian hipertensi dan mencegah terjadinya komplikasi penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

Brunström, M., Carlberg, B., & others. (2023). Management of Isolated Systolic Hypertension in Older Adults.

- Journal of Hypertension*, 41(10), 1913–1924. <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000003480>
- Cipto, Siswoko, & Normawati, A. T. (2020). The Influence of Socialization Activity in Group Therapy to Socialization Capabilities Cipto1. *Jurnal Studi Keperawatan*, 1(2), 1–4.
- Cipto, Siwoko, Normawati, A. T., & Uripno, P. S. (2024). Kajian Karakteristik Penderita Gagal Ginjal Kronis Dalam Terapi Hemodialisis. *2Jurnal Studi Keperawatan*, 5(1), 18–21.
- Dewiyuliana, Ahyana, & Afianti, N. (2025). Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Dan Pendampingan Penerapan Metode Lima Langkah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(2), 480–487.
- Faizah, A., & others. (2023). Pengaruh Edukasi CERDIK terhadap Pengetahuan Pra Lansia tentang Hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(2). <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i2.9898>
- Kusumawati, P. D., Suhita, B. M., Khasanah, M., Mendieta, G., Sucipto, A., Sumberpucung, K., Malang, K., Village, T., & Subdistrict, S. (2024). Peningkatan Kapasitas Kader Kesehatan Dalam Rangka Optimalisasi Kegiatan Integrasi Layanan Primer Di Desa Ternyang. 3(12), 1011–1017. <https://doi.org/10.58344/locus.v3i12.3472>
- Margiyati, & others. (2025). Pelatihan Kader Posyandu Integrasi Layanan Primer dalam Peningkatan Pelayanan Kesehatan Lansia. *Jurnal Ilmiah Teknologi Kesehatan*, 17(1). <https://doi.org/10.33666/jitk.v17i1.703>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2024). The Global Epidemiology of Hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 20(2), 89–104.
- Mu'awanah, Purnomo, H., Suhardono, & Normawati, A. T. (2025). Deskripsi Riwayat Penyakit Pada Pasien Dengan Terapi Hemodialisis. *Jurnal Studi Keperawatan*, 6(1), 12–15.
- Noprida, D., Polapa, D., & Imroatun, T. (2022). Pengaruh Pelatihan Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Skrining Pertumbuhan dan Perkembangan Balita dengan KPSP Wilayah Pasar Rebo. 01(02), 74–80.
- Onprasonk, S., & others. (2024). Health Literacy Intervention among Older Adults with Hypertension: Effects on Health Behaviors and Quality of Life. *Journal of Public Health and Development*, 22(3). <https://doi.org/10.55131/jphd/2024/220325>
- Satrijo, B., Nugroho, A., & Putra, R. (2023). Cardiovascular Remodeling and Outcomes in Elderly Patients with Isolated Systolic Hypertension. *International Journal of Cardiology Hypertension*, 18, 100377.
- Surya, D. O., & others. (2023). Pemberdayaan Kader dalam Peningkatan Kemampuan Perawatan Lansia dengan Hipertensi di Masyarakat. *Jurnal BERNAS*, 4(1). <https://doi.org/10.31949/jb.v4i1.4375>
- Ulfa, F. A., & Hutagalung, S. C. (2025). Efektivitas Edukasi Kesehatan terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2). <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.45804>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., & Williams, B. (2024). 2024 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Journal of Hypertension*, 42(4), 521–610.
- Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., & others. (2024). Management of Hypertension in Older Adults: Current Evidence and Future Perspectives. *European Heart Journal*, 45(8), 1123–1142.
- Zhou, B., Carrillo-Larco, R. M., Danaei, G., & others. (2024). Global Epidemiology of Hypertension and Cardiovascular Risk. *The Lancet*, 403(10431), 1025–1038.