

Pemberdayaan Kader Posyandu ILP melalui Digitalisasi, Deteksi Dini Penyakit Degeneratif dan Asuhan Mandiri Akupresur

Empowering Posyandu ILP Cadres through Digital Health Services, Early Detection of Degenerative Diseases, and Self-Acupressure Care

Defrima Oka Surya^{*1}, Vivi Syofia Sapardi², Guslinda³ Ria Desnita⁴ Windi Azzahra⁵ Weni Sartika⁶ Olivia Zaliani⁷ Pujangga Junerma⁸ Puspita Hanggit Lestari⁹

^{1,5,6}Program Studi D III Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Mercubaktijaya

^{2,3,4,7,8}Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Mercubaktijaya

⁹Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III

E-mail: ¹defrima.okasurya@gmail.com* (correspondent author), ²vivisyofia1984@gmail.com
³guslinda72@gmail.com ⁴ria.desnita18@gmail.com
⁵weetwindys@gmail.com ⁶wenisar333@gmail.com ⁷oliviazaliani@gmail.com
⁸pujanggajunerma@gmail.com ⁹puspita.hanggitl@gmail.com

Dikirim: 12-09-2026 | Direvisi: 15-09-2026 | Diterima: 06-10-2026 | Tersedia Online: 07-10-2026

Abstrak

Peningkatan jumlah lanjut usia (lansia) disertai tingginya kejadian penyakit degeneratif memerlukan penguatan pelayanan kesehatan berbasis masyarakat melalui Posyandu Integrasi Layanan Primer (ILP). Permasalahan yang ditemukan di Posyandu Karya Rei RW 16, Kelurahan Korong Gadang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang meliputi belum optimalnya kapasitas kader dalam deteksi dini penyakit degeneratif, pencatatan kesehatan yang masih manual, keterbatasan pemanfaatan teknologi digital, serta belum terstrukturanya edukasi asuhan mandiri akupresur. Di wilayah tersebut terdapat 50 lansia, dengan 35 orang mengalami hipertensi dan 5 orang diabetes melitus berdasarkan data Puskesmas. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pelayanan lansia, deteksi dini penyakit degeneratif, digitalisasi pencatatan, serta edukasi asuhan mandiri akupresur. Kegiatan melibatkan lima kader dan 20 lansia melalui metode sosialisasi, edukasi, pelatihan, demonstrasi, praktik, pendampingan, dan evaluasi. Materi meliputi Posyandu ILP, skrining penyakit degeneratif, penggunaan peralatan kesehatan, Google Form dan spreadsheet, serta asuhan mandiri akupresur. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dengan kenaikan 80 % kader mampu menjelaskan kembali materi, melakukan praktik skrining, menggunakan pencatatan digital, dan memberikan edukasi kepada lansia. Pendampingan juga memperkuat keterlibatan kader dalam pelayanan Posyandu. Kegiatan ini membuat lansia menjadi memahasi tentang Kesehatan dan lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu.

Kata kunci: Kader Posyandu ILP; lansia; penyakit degeneratif; digitalisasi layanan; deteksi dini; akupresur.

Abstract

The increasing number of older adults and the high prevalence of degenerative diseases require strengthened community-based health services through Integrated Primary Health Care Posts (Posyandu ILP). Problems identified at Posyandu Karya Rei, RW 16, Korong Gadang Village, Kuranji District, Padang City, included limited cadre capacity in early detection of degenerative diseases, predominantly manual health-record management, limited use of digital technology, and the absence of structured education on self-acupressure care. The area has 50 older adults, including 35 with hypertension and 5 with diabetes mellitus based on health center records. This community service program aimed to improve cadres' knowledge and skills in older adult health services, early detection of degenerative diseases, digital health recording, and education on safe self-acupressure care. The program involved five cadres and 20 older adults and was implemented through socialization, education, training, demonstration, hands-on practice, mentoring, and evaluation. The activities covered Posyandu ILP, degenerative disease screening, use of health equipment, Google Forms and spreadsheets, and self-acupressure care. The results showed that cadres were able to explain the learning materials, perform screening practices, use digital recording tools, and provide health education to older adults. Mentoring further strengthened cadre participation in Posyandu services. This program demonstrates that integrating education, practical training, digitalization, screening, and complementary care can strengthen cadre capacity to support community-based health services for older adults.

Keywords: *Posyandu ILP cadres; older adults; degenerative diseases; digital health services; early detection; acupressure.*

1. PENDAHULUAN

Peningkatan umur harapan hidup merupakan salah satu capaian pembangunan kesehatan yang diikuti perubahan struktur penduduk dan meningkatnya jumlah lanjut usia (lansia). Lansia merupakan kelompok yang memiliki risiko lebih besar mengalami multimorbiditas, penurunan kapasitas fungsional, dan penyakit tidak menular. WHO menekankan bahwa pelayanan lansia perlu bergeser dari pendekatan yang hanya berorientasi pada penyakit menuju pelayanan yang terintegrasi, berpusat pada individu, berbasis pelayanan primer, serta melibatkan komunitas. Pendekatan Integrated Care for Older People (ICOPE) menempatkan deteksi dini, penilaian kapasitas intrinsik, penyusunan rencana perawatan, pemantauan, dan keterlibatan tenaga kesehatan maupun community health workers sebagai komponen penting pelayanan lansia. (World Health Organization [WHO], 2025)

Di Indonesia, peningkatan jumlah lansia menjadi tantangan bagi sistem pelayanan kesehatan. Berdasarkan data yang digunakan dalam perencanaan kegiatan ini, persentase lansia Indonesia meningkat menjadi 10,82% pada tahun 2021. Di Kota Padang terdapat 92.259 lansia pada tahun 2022 atau sekitar 10,1% penduduk. Kecamatan Kuranji termasuk wilayah dengan jumlah lansia yang tinggi, yaitu 5.108 jiwa, sedangkan Kelurahan Korong Gadang memiliki sekitar 480 lansia. Data tersebut menunjukkan besarnya kebutuhan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas. Data kependudukan tersebut juga menjadi dasar pemilihan lokasi intervensi dalam kegiatan pengabdian ini.

Posyandu ILP merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang dapat menjadi pintu masuk deteksi dini dan pemantauan kesehatan lansia. Keberhasilan pelayanan tersebut sangat dipengaruhi kapasitas

kader karena kader memiliki kedekatan dengan masyarakat dan berperan dalam edukasi, skrining, pencatatan, serta menghubungkan masyarakat dengan fasilitas kesehatan. Studi sistematis menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan community health workers pada lansia dengan kebutuhan kesehatan kompleks dapat memberikan manfaat pada berbagai aspek kesehatan, meskipun keberhasilan sangat dipengaruhi karakteristik dan kapasitas intervensi. (Widyasari et al., 2021; Kennedy et al., 2021)

Kondisi tersebut ditemukan pada Posyandu Karya Rei RW 16 Kelurahan Korong Gadang yang menjadi mitra kegiatan. Posyandu memiliki lima kader yang dilantik pada tahun 2023 berdasarkan SK Lurah Korong Gadang Nomor 48 Tahun 2023 dan melaksanakan kegiatan lansia satu kali setiap bulan dengan pendampingan petugas Puskesmas. Hasil observasi dan diskusi awal menunjukkan bahwa kader belum memperoleh pelatihan yang merata mengenai implementasi Posyandu ILP, pengelolaan penyakit degeneratif, interpretasi hasil skrining, tindak lanjut, serta pemanfaatan teknologi digital.

Permasalahan kesehatan menjadi semakin penting karena terdapat 50 lansia di RW 16, dengan 35 orang mengalami hipertensi dan 5 orang diabetes melitus berdasarkan catatan Puskesmas. Selain itu ditemukan masalah penyakit jantung dan nyeri sendi. Wawancara dengan kader menunjukkan sebagian lansia belum rutin mengonsumsi obat untuk mengontrol penyakitnya dan lebih memilih pijat tradisional ketika mengalami keluhan. Pelayanan akupresur di Puskesmas Kuranji juga masih terbatas aksesnya.

Masalah lain terdapat pada sistem pencatatan. Data kesehatan lansia masih dicatat secara manual menggunakan buku sehingga data sulit direkap, berpotensi hilang, dan membutuhkan waktu ketika diperlukan untuk pelaporan. Beberapa data lansia bahkan telah hilang akibat penumpukan dokumen. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan data kesehatan yang cepat dan sistem pencatatan yang masih manual.

Digitalisasi berpotensi membantu pelayanan tersebut. Tinjauan sistematis menunjukkan bahwa teknologi kesehatan digital dapat mendukung asesmen geriatri, komunikasi, transfer data, dan pengambilan keputusan, walaupun pelatihan pengguna, kemudahan penggunaan, konektivitas, dan literasi digital perlu diperhatikan. (Molinari-Ulate et al., 2023; Zou et al., 2023)

Aspek lain yang dikembangkan adalah asuhan mandiri akupresur. Akupresur merupakan pendekatan komplementer noninvasif yang telah diteliti pada kelompok lansia. Meta-analisis menunjukkan adanya manfaat akupresur terhadap kualitas tidur lansia, sedangkan penelitian lain menunjukkan potensinya dalam berbagai kondisi kesehatan. Namun, akupresur dalam kegiatan ini ditempatkan sebagai terapi komplementer dan bukan pengganti terapi medis, terutama pada lansia dengan penyakit kronis. Pendekatan pemberdayaan juga diperkuat oleh penelitian mengenai self-care dan self-management pada lansia yang menunjukkan pentingnya kemampuan individu dalam mengelola kondisi kesehatan kronis di komunitas. (Dincer et al., 2022; Cheng et al., 2023)

Berdasarkan kondisi tersebut, permasalahan prioritas mitra meliputi: **(1)** belum optimalnya kapasitas kader dalam pelayanan lansia dan deteksi dini penyakit degeneratif; **(2)** belum optimalnya pemanfaatan teknologi digital untuk pencatatan kesehatan; **(3)** keterbatasan sarana pemeriksaan kesehatan sederhana; dan **(4)**

belum terstrukturnya pemberdayaan lansia melalui asuhan mandiri akupresur. Prioritas tersebut sesuai dengan hasil identifikasi masalah dalam proposal kegiatan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu ILP dalam pelayanan kesehatan lansia, meningkatkan kemampuan deteksi dini penyakit degeneratif, menerapkan pencatatan kesehatan lansia berbasis digital, serta meningkatkan keterampilan kader dalam memberikan edukasi asuhan mandiri akupresur yang aman. Secara khusus, program diarahkan untuk menyediakan sarana pemeriksaan sederhana dan sistem pencatatan riwayat kesehatan lansia secara digital. Tujuan tersebut sejalan dengan target program yang tercantum dalam dokumen kegiatan.

2. METODE

2.1 Desain dan Pendekatan

Kegiatan menggunakan pendekatan pemberdayaan masyarakat partisipatif dengan metode pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan, dan evaluasi. Kader dilibatkan sejak identifikasi kebutuhan, perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi sehingga program disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan mitra. Rangkaian kegiatan dirancang selama delapan bulan dan terdiri atas sosialisasi, persiapan sarana, pengembangan sistem pencatatan digital, pelatihan kader, penerapan teknologi, pemberian sarana kesehatan, praktik lapangan, evaluasi, dan penyusunan luaran.

2.2 Subjek dan Lokasi

Subjek utama pada kegiatan ini terdapat lima kader Posyandu Karya Rei RW 16, sedangkan sasaran tidak langsung adalah 50 lansia di RW 16 Kelurahan Korong Gadang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Karya Rei dengan melibatkan tim pengabdian, kader, lansia, dan mahasiswa.

2.3 Bahan dan Teknologi

Bahan pengabdian meliputi modul edukasi penyakit degeneratif, flipbook perawatan lansia, panduan skrining KMS, materi Posyandu ILP, panduan asuhan mandiri akupresur, lembar evaluasi, serta media digital. Teknologi yang digunakan berupa Google Form dan spreadsheet untuk pencatatan data kesehatan lansia. Selain itu disediakan sarana pemeriksaan berupa tensimeter digital, glukometer/alat pemeriksaan GCU dan timbangan digital. Dokumen program juga merencanakan panduan penggunaan alat dan modul edukasi bagi kader.

2.4 Tahapan Kegiatan

Tahap pertama berupa sosialisasi dan identifikasi kebutuhan. Tahap berikutnya adalah penyusunan sistem pencatatan digital dan bahan edukasi. Selanjutnya kader diberikan pelatihan Posyandu ILP, penyakit degeneratif, akupresur, skrining KMS, serta penggunaan sistem digital. Tahap penerapan dilakukan melalui praktik penggunaan peralatan kesehatan, skrining KMS, pemeriksaan tekanan darah, gula darah dan asam urat, penerapan asuhan mandiri akupresur, serta penginputan data lansia ke dalam *spreadsheet*.

Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan pretest dan posttest. Evaluasi keterampilan dilakukan melalui observasi menggunakan lembar penilaian/checklist. Evaluasi juga mencakup kemampuan kader menggunakan peralatan kesehatan dan sistem pencatatan digital. Efektivitas spreadsheet dinilai melalui kemampuan kader memasukkan dan mengelola data kesehatan lansia serta

manfaat yang dirasakan kader. Evaluasi kualitatif dilakukan melalui diskusi dengan mitra untuk mengidentifikasi hambatan, kemudahan, dan kebutuhan pengembangan program. Rancangan evaluasi tersebut tercantum dalam proposal kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Pelaksanaan Kegiatan Pemberdayaan Kader

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Pemberdayaan Kader Posyandu Melalui Digitalisasi Layanan, Deteksi Dini dan Perawatan Penyakit Degeneratif Pada lansia dengan Asuhan Mandiri Akupresur” telah dilaksanakan di Posyandu karya Ray, RW 16, Kelurahan Korong Gadang, wilayah kerja Puskesmas Kuranji, Kota Padang. Kegiatan melibatkan 5 kader Posyandu serta 20 lansia yang hadir pada keguatan tersebut. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tahapan sosialisasi, edukasi, pelatihan, praktik, pendampingan, serta evaluasi.

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak kelurahan, Puskesmas Kuranji, dan kader untuk menyamakan persepsi mengenai tujuan dan rangkaian kegiatan. Kader diberikan penjelasan mengenai pentingnya mengoptimalkan pelayanan Posyandu ILP pada kelompok lansia untuk meningkatkan kesehatan lansia dengan pelatihan kader dan digitalisasi layanan Posyandu serta asuhan mandiri terapi akupresur dalam penanganan penyakit pada lansia.



Gambar 1. Sosialisasi tim pengabdian tentang Posyandu ILP dan Layanan Digital

Kegiatan selanjutnya berupa Pelatihan kader untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam penanganan masalah kesehatan lansia di masyarakat. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui penjelasan, diskusi, tanya jawab, dan pemberian contoh yang dekat dengan kehidupan masyarakat. Pendekatan tersebut memungkinkan kader untuk menyampaikan pengalaman dan

permasalahan yang selama ini mereka temukan ketika mendampingi masyarakat di Posyandu serta kader terampil dalam menggunakan gform dan spreadsheet untuk pencatatan data kesehatan lansia.



Gambar 2. Pelatihan Kader Tentang Cara Skrining dan Perawatan Penyakit Degeneratif serta Asuhan Mandiri Terapi Akupresur

Selain Kesehatan lansia dan penyakit penanganan penyakit degenratif, kegiatan juga memberikan penguatan mengenai asuhan mandiri terapi akupresur. Kader diberikan pemahaman dan pelatihan untuk terapi akupresur untuk perawatan penyakit degenratif seperti diabetes melitus dan hipertensi yang awam digunakan oleh kader. Materi disampaikan menggunakan edukasi dan pelatihan serta demonstrasi terapi akupresur yang mudah dilakukan oleh kader serta Pengetahuan dan keterampilan kader meningkat dalam menggunakan peralatan kesehatan dengan tepat.



Gambar 3. Pendampingan Kader dalam pelayanan posyandu lansia

3.2 Peningkatan Pemahaman Kader

Evaluasi pengetahuan dilakukan secara deskriptif melalui pertanyaan lisan dan pengulangan kembali materi sebelum dan sesudah kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi, setelah mengikuti sosialisasi dan pelatihan, kader menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menjelaskan kembali materi yang telah diberikan. Kader mampu menyebutkan Kembali tentang Posyandu ILP dan perawatan penyakit degenerative, penggunaan spreadsheet layanan digital serta kader mampu memahami asuhan mandiri akupresur dalam penanganan penyakit pada lansia.

Perubahan pemahaman tersebut terlihat selama sesi tanya jawab dan diskusi, ketika kader mampu memberikan respons terhadap pertanyaan yang diberikan fasilitator serta menghubungkan materi dengan kondisi yang mereka temui di masyarakat. Dengan demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi tidak hanya memberikan informasi baru, tetapi juga membantu kader mengorganisasikan kembali pengetahuan sehingga lebih mudah digunakan dalam kegiatan pelayanan masyarakat.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kader tentang Pelayanan ILP dan Perawatan Penyakit Degeneratif pada Lansia Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Program PKM (n = 5)

No	Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1	Baik	1	20	4	80
2	Kurang Baik	4	80	1	20
	Total	5	100	5	100

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan pengetahuan kader yang kurang baik sebanyak 80 % artinya pengetahuan kader tentang pelayanan ILP dan perawatan penyakit degeneratif masih rendah.

3.3 Peningkatan Keterampilan Kader melalui Praktik

Selain pengetahuan, evaluasi dilakukan terhadap keterampilan kader melalui praktik skrining penyakit degeneratif, penggunaan spreadsheet dan terapi akupresur mandiri, observasi dan praktik langsung dalam kegiatan Posyandu. Kader dilibatkan dalam proses pelayanan dan edukasi sehingga dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh. Hasil observasi menunjukkan bahwa kader mampu berpartisipasi dalam kegiatan Posyandu dan mulai menerapkan materi yang telah diberikan dalam proses komunikasi dengan masyarakat.

Tabel 2 .Distribusi Frekuensi Keterampilan Kader Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Program PKM (n = 5)

No	Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1	Baik	1	20	4	80
2	Kurang Baik	4	80	1	20
	Total	5	100	5	100

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan keterampilan kader yang kurang baik sebanyak 80 % artinya pengetahuan kader tentang pelayanan ILP dan perawatan penyakit degeneratif masih rendah, setelah diberikan intervensi pelatihan kader terjadi peningkatan keterampilan kader sebanyak 80%. Hal ini merupakan suatu keberhasilan kegiatan yang telah dilakukan oleh tim abdimas terhadap kader di RW 16, Kelurahan Korong Gadang

3.4 Pendampingan dan Keberlanjutan Program

Tahap pendampingan dilakukan untuk memperkuat kemampuan kader dalam menerapkan hasil pelatihan pada kegiatan Posyandu. Kegiatan ini menghasilkan penguatan peran kader sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan di tingkat komunitas. Dengan adanya 5 kader yang telah mendapatkan penguatan literasi kesehatan lansia, diharapkan pesan kesehatan dapat diteruskan secara berkelanjutan kepada masyarakat, khususnya penyandang PTM dan keluarganya.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan pemberdayaan kader melalui edukasi dan praktik dapat menjadi strategi yang selaras untuk meningkatkan kapasitas kader dalam menyampaikan informasi mengenai kesehatan lansia dan pangan sehat. Dalam kegiatan ini, perubahan tidak dinilai berdasarkan skor numerik, tetapi melalui kemampuan kader dalam menjawab kembali materi, menjelaskan informasi dengan bahasa sendiri, serta menerapkannya dalam kegiatan Posyandu. Pendekatan evaluasi seperti ini sesuai dengan karakteristik kegiatan pengabdian masyarakat yang menekankan proses pemberdayaan dan penerapan keterampilan di masyarakat RW 16 khususnya.

Hasil ini diperkuat oleh Widyasari et al. (2021) yang melalui systematic review menemukan bahwa pelayanan kesehatan yang diberikan oleh *community health workers* dapat berkontribusi terhadap pengelolaan penyakit tidak menular pada kelompok lansia. Peran tersebut mencakup edukasi, dukungan terhadap pengelolaan penyakit, pemantauan, dan penghubungan masyarakat dengan pelayanan kesehatan.

Seneviratne et al. (2022) juga menunjukkan bahwa pelatihan *community health workers* untuk pencegahan dan pengendalian penyakit kardiometabolik perlu dirancang dengan materi yang relevan, keterampilan praktis, serta dukungan implementasi. Hal ini penting karena penyakit seperti hipertensi dan diabetes membutuhkan pemantauan dan pengelolaan yang berkelanjutan di luar fasilitas kesehatan.

Pemahaman kader mengenai hipertensi dan diabetes menjadi penting karena kader berhadapan langsung dengan lansia yang memiliki faktor risiko maupun riwayat penyakit kronis. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan kader dapat menjadi dasar untuk memperkuat fungsi Posyandu dalam melakukan deteksi dini, edukasi, pemantauan, dan rujukan.

Namun demikian, perlu ditegaskan bahwa kemampuan kader dalam melakukan skrining tidak berarti menggantikan kewenangan tenaga kesehatan. Kader berfungsi sebagai pelaksana pemberdayaan masyarakat dan deteksi awal sesuai kompetensinya, sedangkan interpretasi klinis, diagnosis, penetapan terapi medis, dan perubahan pengobatan tetap menjadi kewenangan tenaga kesehatan.

Penguatan keterampilan kader melalui praktik langsung merupakan bagian penting dari hasil kegiatan. Pengetahuan yang diperoleh melalui ceramah tidak selalu secara otomatis menghasilkan kemampuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat. Praktik dan observasi memberikan kesempatan kepada kader untuk menerjemahkan pengetahuan menjadi tindakan. Qomariah et al. (2024) juga menggunakan kombinasi edukasi, pelatihan, praktik, serta monitoring dan evaluasi dalam pemberdayaan kader Posbindu. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test serta observasi langsung terhadap pelaksanaan pelayanan Posbindu untuk melihat keterampilan kader dalam menggunakan alat dan menjalankan pelayanan. Pencatatan kesehatan yang baik merupakan komponen penting dalam pelayanan lansia karena data tidak hanya berfungsi sebagai dokumentasi, tetapi juga dapat digunakan untuk menentukan prioritas intervensi dan melakukan pemantauan dari waktu ke waktu. Dengan pencatatan digital, informasi hasil skrining dapat disusun lebih sistematis sehingga kader dan tenaga kesehatan memiliki basis data yang lebih mudah diperbarui dan ditelusuri.

Molinari-Ulate et al. (2023) dalam systematic review mengenai teknologi kesehatan digital untuk *comprehensive geriatric assessment* menunjukkan bahwa teknologi digital berpotensi meningkatkan komunikasi, transfer data, informasi mengenai kondisi dan rencana perawatan, serta pengambilan keputusan dalam pelayanan lansia. Namun, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa implementasi teknologi digital dapat menghadapi hambatan berupa kesulitan navigasi, keterbatasan jaringan, ketersediaan perangkat, dan kurangnya pelatihan pengguna.

Temuan tersebut relevan dengan kegiatan ini. Penggunaan Google Form dan spreadsheet dipilih karena relatif sederhana, mudah diakses melalui telepon pintar, dan tidak membutuhkan sistem teknologi yang terlalu kompleks. Pendekatan sederhana ini menjadi penting karena tujuan digitalisasi pada tahap awal bukan sekadar membangun sistem teknologi, tetapi membentuk kebiasaan baru dalam pencatatan dan pemanfaatan data kesehatan lansia.

Komponen lain yang menjadi keunggulan kegiatan adalah pemberian edukasi dan praktik asuhan mandiri akupresur. Pendekatan ini diberikan sebagai salah satu strategi komplementer yang dapat dipelajari kader dan diperkenalkan kepada lansia dalam batas kompetensi dan keamanan pelaksanaannya.

Akupresur memiliki potensi digunakan sebagai intervensi komplementer karena relatif sederhana, tidak membutuhkan peralatan kompleks, dan dapat diajarkan melalui demonstrasi. Namun, akupresur perlu ditempatkan sebagai pelengkap, bukan pengganti terapi medis yang diberikan kepada lansia.

Dincer et al. (2022) melalui systematic review dan meta-analysis terhadap randomized controlled trials menemukan adanya efek akupresur terhadap peningkatan kualitas tidur pada kelompok lansia. Temuan tersebut memberikan dukungan bahwa akupresur memiliki potensi sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mendukung kesehatan lansia.

Penelitian sistematis mengenai *self-care* dan *self-management* pada lansia yang hidup di komunitas juga menunjukkan bahwa kemampuan lansia mengelola kondisi kronis merupakan aspek penting dalam mempertahankan kesehatan. Lawless et al. (2021) menekankan bahwa *self-care* dan *self-management* pada lansia dengan penyakit kronis perlu mempertimbangkan pengalaman, kemampuan, konteks sosial, serta dukungan dari lingkungan sekitar.

Dalam konteks kegiatan ini, edukasi akupresur tidak hanya ditujukan untuk memberikan teknik tertentu, tetapi juga untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan tindakan sederhana yang bersifat komplementer. Kader berperan sebagai fasilitator edukasi, sedangkan penggunaan akupresur harus memperhatikan kondisi lansia, kontraindikasi, teknik yang benar, serta tetap mengikuti pengobatan dan anjuran tenaga kesehatan.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader dapat menjadi salah satu strategi untuk memperkuat pelaksanaan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas. Lima kader yang mendapatkan pelatihan dan pendampingan memiliki potensi untuk meneruskan pengetahuan kepada lansia dan keluarga di lingkungan RW 16, Kelurahan Korong Gadang, Kota Padang.

Pendekatan tersebut sejalan dengan paradigma pelayanan lansia yang tidak hanya berfokus pada penyakit, tetapi juga pada kemampuan fungsional, kemandirian, pencegahan risiko, dan kualitas hidup. WHO menekankan bahwa pelayanan lansia perlu bergeser dari pendekatan yang hanya berorientasi pada penyakit menuju pelayanan yang terintegrasi dan berpusat pada individu, dengan komunitas sebagai bagian penting dalam mendukung ageing in place. (World Health Organization [WHO], 2025)

Dengan demikian, kegiatan pemberdayaan kader di Posyandu Karya Rei dapat dipandang sebagai model awal penguatan Posyandu ILP melalui pendekatan “kader terampil, data terkelola, skrining lebih terarah, dan lansia lebih berdaya.”

DAFTAR PUSTAKA

- Cheng, H.-L., Yeung, W.-F., Wong, H.-F., Lo, H.-T., & Molassiotis, A. (2023). Self-acupressure for symptom management in cancer patients: A systematic review. *Journal of Pain and Symptom Management*, 66(1), e109–e128.
<https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2023.03.002>
- Chandrashekhar, A., & Thakur, H. P. (2022). Efficacy of government-sponsored community health programs for older adults: A systematic review of published evaluation studies. *Public Health Reviews*, 43, 1604473.
<https://doi.org/10.3389/phrs.2022.1604473>
- Dincer, B., İnangil, D., İnangil, G., Bahçecik, N., Yıldırım Ayaz, E., Arslanoğlu, A., Vural Keskinler, M., Kabuk, A., & Özkan, G. (2022). The effect of acupressure on sleep quality of older people: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Explore*, 18(6), 635–645.
<https://doi.org/10.1016/j.explore.2021.11.010>
- Evans, J., White, P., & Ha, H. (2023). Evaluating the effectiveness of community health worker interventions on glycaemic control in type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 402, S40. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)02140-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)02140-2)
- Kennedy, M. A., et al. (2021). Community health worker interventions for older adults with complex health needs: A systematic review. *Journal of the American Geriatrics Society*, 69(6), 1504–1518. <https://doi.org/10.1111/jgs.17078>
- Lee, K., Yi, J., & Lee, S.-H. (2024). Effects of community-based fall prevention interventions for older adults using information and communication technology: A systematic review and meta-analysis. *Health Informatics Journal*, 30(2).
<https://doi.org/10.1177/14604582241259324>
- Lee, J. J. N., Abdul Aziz, A., Chan, S.-T., et al. (2023). Effects of mobile health interventions on health-related outcomes in older adults with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Diabetes Investigation*, 15(1), 47–57. <https://doi.org/10.1111/1753-0407.13346>
- Liu, W., Xiong, X., Qiao, L., Chen, Y., Li, Y., Su, X., Chu, F., & Liu, H. (2022). Acupoint application therapies for essential hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 42(2), 159–166.
- Molinari-Ulate, M., Mahmoudi, A., Parra-Vidales, E., Muñoz-Sánchez, J.-L., Franco-Martín, M. A., & van der Roest, H. G. (2023). Digital health technologies supporting the application of comprehensive geriatric assessments in long-term care settings or community care: A systematic review. *Digital Health*, 9. <https://doi.org/10.1177/20552076231191008>
- Seneviratne, S., Desloge, A., Haregu, T., Kwasnicka, D., Kasturiratne, A., Mandla, A., Chambers, J., & Oldenburg, B. (2022). Characteristics and outcomes of community health worker training to improve the prevention and control of cardiometabolic diseases in low- and middle-income countries: A systematic review. *INQUIRY*, 59. <https://doi.org/10.1177/00469580221112834>
- Widyasari, V., Rahman, F. F., Lin, K.-H., & Wang, J.-Y. (2021). The effectiveness of health services delivered by community health workers on outcomes related to non-communicable diseases among elderly people in rural areas: A systematic review. *International Journal of Public Health*, 50(6). <https://doi.org/10.18502/ijph.v50i6.6408>

- Zou, C., Harvard, A., Qian, J., & Fox, B. I. (2023). A systematic review of digital health technologies for the care of older adults during COVID-19 pandemic. *DIGITAL HEALTH*, 9. <https://doi.org/10.1177/20552076231191050>
- World Health Organization. (2024a). *WHO clinical consortium on healthy ageing 2023*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2025). *Integrated care for older people (ICOPE): Guidance for person-centred assessment and pathways in primary care* (2nd ed.). World Health Organization.
- World Health Organization. (2025b). *WHO South-East Asia regional strategy on healthy ageing: 2024–2030*. World Health Organization.
- Kim, I., An, H., Yun, S., & Park, H. Y. (2024). Effectiveness of community-based interventions for older adults living alone: A systematic review and meta-analysis. *Epidemiology and Health*. <https://doi.org/10.4178/epih.e2024013>
- Ashe, M. C., Kelly Dos Santos, I., Erome, J., Grant, J., Mollins, J., & Soh, S.-E. (2024). Systematic review of adherence to technology-based falls prevention programs for community-dwelling older adults. *PLOS Digital Health*, 3(9), e0000579. <https://doi.org/10.1371/journal.pdig.0000579>