

**PEMBERDAYAAN KADER POSBINDU  
DALAM PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN  
PENYAKIT TIDAK MENULAR  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NEGARA RATU  
KABUPATEN LAMPUNG UTARA**

**POSBINDU CADRE EMPOWERMENT  
IN THE PREVENTION AND CONTROL OF NON-COMMUNICABLE DISEASES  
IN THE WORKING AREA OF THE NEGARA RATU PUSKESMAS  
NORTH LAMPUNG DISTRICT**

*Heni Apriyani\*, Ihsan Taufiq, Sono, Amrul Hasan  
Poltekkes Tanjungkarang ; Jl. Soekarno Hatta, No. 6, Hajimena Bandarlampung;  
Telp (0721) 783852  
e-mail:\*([apri8yani@yahoo.co.id](mailto:apri8yani@yahoo.co.id)/ 08127274417)*

**ABSTRAK**

**Abstrak:** *Badan kesehatan dunia (WHO) tahun 2022 melaporkan bahwa 74% penyebab kematian semua umur di dunia adalah karena penyakit tidak menular. Prevalensi penyakit tidak menular masuk ke dalam 10 macam penyakit tertinggi, dimana Hipertensi menempati urutan 5 sedangkan Diabetes Mellitus pada urutan ke 10 (Profil Puskesmas Negara ratu 2019). Desa Padang Ratu dan Desa Hanakau Jaya merupakan wilayah kerja Puskesmas Negara Ratu memiliki lanssia yang aktif mengikuti kegiatan Posbindu. Peran aktif Kader Posbindu menjadi sangat penting dalam pengendalian dan deteksi dini Hipertensi dan DM. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan Kader Posbindu dalam pengendalian Hipertensi dan DM. Metode pelaksanaan melalui kegiatan Penampungan Kader Posbindu di Desa Hanakau Jaya dan Padang Ratu, Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara, diskusi dan demonstrasi yang dilaksanakan pada tahun 2022. Hasil dan Simpulan menunjukkan bahwa 100% Kader Posbindu memiliki pengetahuan dan ketrampilan dalam melakukan deteksi dini Hipertensi dan DM dan memiliki ketrampilan untuk mengukur Indeks Massa Tubuh, Mengukur Tekanan Darah dan Mengukur Kadar Gula Darah Sewaktu.*

**Kata kunci:** *pemberdayaan, penyakit tidak menular, kader posbindu,*

**Abstract:** *The World Health Organization (WHO) in 2022 reported that 74% of the causes of death for all ages in the world are due to non-communicable diseases. The prevalence of non-communicable diseases is included in the 10 highest types of diseases, where hypertension ranks 5th while Diabetes Mellitus ranks 10th (Profile of the Queen's National Health Center 2019). Padang Ratu Village and Hanakau Jaya Village are working areas of the Negara Ratu Health Center, which have elderly people who actively participate in Posbindu activities. The active role of Posbindu cadres is very important in the control and early detection of hypertension and DM. The purpose of the activity is to increase the knowledge and skills of Posbindu cadres in controlling hypertension and DM. The implementation method is through the Posbindu Cadre Assistance activities in Hanakau Jaya and Padang Ratu Village, Sungkai Utara District, North Lampung Regency, discussions and demonstrations which will be held in 2022. The results and conclusions show that 100% of Posbindu Cadres have knowledge and skills in early detection of hypertension and DM and have the skills to measure Body Mass Index, Measuring Blood Pressure and Measuring Current Blood Sugar Levels.*

**Keywords:** *cadre posbindu, empowerment, hypertension, non communicable disease*

## PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan masalah kesehatan penting, tidak hanya di Indonesia, namun juga menjadi masalah global. Peningkatan beban akibat PTM sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, 2019).

Badan kesehatan dunia (WHO) tahun 2022 melaporkan bahwa 74% penyebab kematian semua umur di dunia adalah karena penyakit tidak menular (WHO, 2022). Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah yang merupakan masalah utama dan penyebab kematian terbanyak adalah Hipertensi, Stroke, Penyakit Jantung Koroner, dan Penyakit Ginjal Kronik. Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan penyebab utama kematian baik di negara maju maupun negara berkembang (Roger, 2007).

Tantangan kesehatan di Indonesia salah satunya adalah terkait dengan Penyakit Tidak Menular (PTM). Angka PTM sejak tahun 2010 mulai meningkat. Pola makan, pola asuh, pola gerak dan pola makan seperti

tinggi kalori, rendah serat, tinggi garam, tinggi gula dan tinggi lemak diikuti gaya hidup *sedentary lifestyle*, memilih makanan *junk food*/siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stress dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit Hipertensi, Diabetes Melitus, Obesitas, Kanker, Jantung, dan hiperkolesterol dikalangan Masyarakat Indonesia (Kemenkes, 2022).

Desa Hanakau Jaya dan desa Padang Ratu, merupakan 2 (dua) desa yang terletak di Kecamatan Sungkai Utara kabupaten Lampung Utara. Data register Puskesmas Negara Ratu menunjukkan bahwa penderita Hipertensi di kedua desa tersebut masih tinggi. Namun, kedua desa tersebut memiliki potensi fisik dan non fisik yang lebih baik dibandingkan desa sekitarnya. Masyarakat menunjukkan peran sertanya untuk membangun desa. Sebagian besar penduduk kedua desa bekerja sebagai petani dan pekebun. Kunjungan lansia ke Posbindu atau Posyandu lansia juga selalu ramai.

Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan bentuk peran serta masyarakat dalam upaya deteksi dini, pemantauan dan pengendalian faktor risiko PTM yang dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan

periodik serta mandiri dan berkesinambungan (Griana, Rachma dan Gaffar, 2021).

Semua kader Posbindu pada tahun 2021 di kedua desa (5 orang Kader Posbindu desa Padang Ratu, dan 5 orang Kader Posbindu Desa Hanakau Jaya) telah mendapatkan pelatihan tentang Deteksi Penyakit Tidak Menular. Kader Posbindu merupakan relawan yang memiliki kemampuan lebih dibandingkan masyarakat yang lain, sehingga dapat memberi pengaruh ke masyarakat lainnya.

Pada tahun 2022, dilakukan pelatihan cara mengukur gula darah sederhana, mengukur tekanan darah dan indeks massa tubuh. Dilanjutkan dengan pendampingan oleh tim pengabdian masyarakat untuk memantau sejauh mana kader mampu melakukan pengukuran tekanan darah, menghitung IMT dan mengukur kadar gula darah lansia.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader posbindu dalam melakukan deteksi dini penyakit tidak menular, khususnya Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

## **METODE**

Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Hanakau Jaya dan Balai Desa Padang Ratu, dengan menerapkan protokol kesehatan. Tim pengabdian telah berkoordinasi dengan Bidan Desa dan para kader untuk memastikan jadwal kegiatan Posbindu. Metode kegiatan yang dilakukan berupa diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab.

Kegiatan pertama berupa peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader, tentang deteksi dini PTM yaitu mengukur tekanan darah, menghitung IMT dan mengukur kadar gula darah sewaktu. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2022 di Desa Hanakau Jaya, dan pada tanggal 7 Juli 2022 di Desa Padang Ratu. Tim pengabdian mengajarkan cara mengukur kadar gula darah secara sederhana menggunakan Glukotest. Alat Glukotest merupakan milik Posbindu yang telah dihibahkan oleh tim pengabdian pada tahun sebelumnya. Ihsan Taufiq dan Heni Apriyani mengajarkannya kepada kader. Kegiatan diselingi dengan diskusi dan tanya jawab. Anggota tim pengabdian yang lain, yaitu Sono dan Amrul Hasan, mengajarkan cara menggunakan alat pengukur tekanan darah dan cara menghitung IMT.

Kegiatan kedua berupa pendampingan kader dalam kegiatan Posbindu, untuk mengevaluasi kemampuan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam melakukan deteksi dini PTM, khususnya Hipertensi dan DM. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 November 2022 di Desa Padang Ratu, dan pada tanggal 11 November 2022 di Desa Hanakau Jaya. Tim pengabdian menyampaikan kepada Bidan Desa dan para kader, bahwa kegiatan kedua akan mendampingi kader melaksanakan Posbindu. Khususnya memantau ketrampilan kader dalam melakukan deteksi dini PTM. Tim pengabdian berbagi tugas melakukan pendampingan, dimulai pada saat kader menerima lansia, menimbang berat badan dan tinggi badan, mengukur tekanan darah dan mengukur kadar gula darah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan kader Posbindu di desa Padang Ratu dan Hanakau Jaya Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara dapat dilaksanakan dengan baik. Sebanyak 10 (sepuluh) orang kader Posbindu terlibat dalam kegiatan ini.

Berdasarkan observasi tim pengabdian, seluruh kader Posbindu di kedua desa tersebut mampu melakukan deteksi dini

PTM, dengan kriteria mampu melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital, mampu mengukur Indeks Massa Tubuh, dan mampu melakukan pengukuran gula darah sewaktu menggunakan Glukotest.

Hasil pendampingan berupa pengamatan kinerja kader dalam melakukan deteksi dini PTM dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1.  
Kemampuan Kader Posbindu Melakukan Deteksi Dini PTM pada Lansia

No	Kemampuan Kader yang Diamati	Jumlah (%)	
		Desa Padang Ratu	Desa Hanakau Jaya
1	Mengukur Tekanan Darah	100 %	100%
2	Menghitung IMT	100 %	100 %
3	Mengukur GDS	100 %	100 %

Berdasarkan tabel diatas, seluruh kader mampu melakukan deteksi dini PTM, setelah mendapatkan pelatihan dan pendampingan.



Gambar 1. Tim Pengabdian Mengajarkan Cara Menggunakan Glukotest untuk Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu

Berdasarkan gambar diatas, tampak kader Posbindu antusias mengikuti demonstrasi cara pemeriksaan gula darah sewaktu menggunakan Glukotest dan cara mengukur tekanan darah menggunakan tensimeter digital.



Gambar 2. Kader Posbindu Mampu Melakukan Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu

Gambar 2 menunjukkan bahwa kader telah mampu melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu, saat pendampingan.



Gambar 3. Melakukan Diskusi dengan Para Kader Posbindu Tentang Deteksi Dini PTM

Gambar 3 memperlihatkan adanya diskusi antara tim pengabdian dengan para kader Posbindu, terkait deteksi dini PTM.

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Mayoritas PTM terjadi di negara

berpendapatan rendah dan menengah. Berdasarkan data WHO, PTM merupakan penyebab dari 68% kematian di dunia pada tahun 2012. Diprediksi, PTM akan terus meningkat. PTM merupakan tantangan dalam dunia kesehatan (Cahya Adhania, Wiwaha and Fianza, 2018). Secara global penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian nomor satu .

Deteksi dini PTM menjadi hal penting yang harus disosialisasikan kepada masyarakat. Melalui deteksi dini, komplikasi penyakit dapat dicegah. Sehingga upaya preventif dan promotif adalah hal penting dalam pengendalian PTM. Deteksi dini dapat dilakukan melalui pengukuran indeks massa tubuh (IMT), tekanan darah, dan gula darah sewaktu (GDS).

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan rasio dari BB (kg) dengan TB (m<sup>2</sup>) (Eir *et al.*, 2000). Peningkatan IMT atau tingginya angka IMT berkorelasi dengan kejadian Penyakit jantung Koroner. Berat badan dalam kategori normal maupun berat badan yang bertambah setelah usia 18 tahun berisiko meningkatkan PJK pada wanita (Sudikno & Tuminah, 2020).

Deteksi dini PTM penting dilakukan pada lansia. Pemeriksaan gula darah sewaktu

(GDS) dan tekanan darah adalah salah satu upaya untuk melakukan deteksi dini sehingga masyarakat dapat melakukan pencegahan (Selano, Marwaningsih dan Setyaningrum, 2020).

Kader yang mampu melakukan deteksi PTM akan menurunkan risiko komplikasi. Pendapat ini sesuai dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Lestari, dkk pada tahun 2020, bahwa penyelenggaraan Posbindu PTM terbukti meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader, dan terdapat pengaruh peningkatan kemampuan kader dalam mengelola Posbindu (Lestari *et al.*, 2020)

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui skema PPDM di Desa Hanakau Jaya dan Padang Ratu kecamatan Sungkai Utara, khususnya wilayah kerja Puskesmas Negara Ratu, Kabupaten Lampung Utara telah meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan kemampuan kader posbindu dalam melakukan penngendalian Penyakit Tidak Menular, khususnya Hipertensi dan DM. Kader mampu melakukan tindakan deteksi dini PTM, yaitu mengukur IMT, mengukur

tekanan darah dan mengukur gula darah sederhana.

Pihak Puskesmas Negara Ratu, Pemerintah Desa Padang Ratu dan Hanakau Jaya, hendaknya terus membina kader Posbindu, karena kader dapat menjadi agent pengubah perilaku kesehatan dalam masyarakat.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Direktur Poltekkes Tanjungkarang yang telah memberikan dana untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui skema PPDM. Kepada Pimpinan Puskesmas Negara Ratu kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara, Kepala Desa dan aparat desa Hanakau Jaya dan Padang Ratu, kami juga mengucapkan banyak terima kasih atas bantuan yang diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cahya Adhania, C., Wiwaha, G. and Fianza, P.I. (2018). *Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015*, *Jurnal Sistem Kesehatan*, 3 (4), p. 204 – 211.
- Eir, M. et al. (2000) *Primary Prevention of Coronary Heart Disease in Women Through Diet and Lifestyle Abstract*. *The New England Journal of Medicine*, 343 (1), p. 16 – 22.
- Griana, T.P., Rachma, L.N. and Gaffar, H.D. (2021) ‘*Pembentukan dan Pelatihan Kader Posbindu PTM Berbasis Masjid di Kecamatan Turen Kabupaten Malang*’, *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(2), p. 211.
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2019) *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*.
- Kemenkes (2022) *Penyakit Tidak Menular, Kementerian Kesehatan RI*.
- Lestari, R. et al. (2020) *Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu PTM*. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Adimas*, 4 (1), p. 48 – 55.
- Roger, V.L. (2007) ‘*Epidemiology of Myocardial Infarction*’, *Medical Clinics of North America*, pp. 537–552. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2007.03.007>.
- Selano, M.K., Marwaningsih, V.R. and Setyaningrum, N. (2020) ‘*Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS) dan Tekanan Darah kepada Masyarakat*’, *Indonesian Journal of Community Services*, 2(1), p. 38. Available at: <https://doi.org/10.30659/ijocs.2.1.38-45>.
- Sudikno & Tuminah (2020). *Hubungan Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, Tekanan Darah dan Profil Lipid dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner : Analisis Data Studi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular di Kota Bogor*. *The Journal of Nutrition*

*and Food Research, 43 (1), p. 21 – 28.*

WHO (2022). *Noncommunicable Diseases, World Health Organization.*