JOURNAL OF HUMAN AND EDUCATION

E-ISSN: 2776-5857 | P-ISSN: 2776-7876
Website: https://jahe.or.id/index.php/jahe
Vol. 6, No. 6 (2026)

Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Deteksi Dini Risiko Jatuh Lansia Melalui Pelatihan Skrining dan Edukasi Pencegahan Jatuh

Lusia Dwi Sri Wahyuni [1], Anastasia Putu Martha Anggarani [2], Sri Winarni [3]
[1]Program Studi Administrasi Rumah Sakit, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya
[2]Program Studi Fisioterapi, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya
[3]Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya
**Email Korespondensi: anastasiamartha88@gmail.com*

ABSTRAK

Risiko jatuh merupakan salah satu masalah kesehatan pada lanjut usia yang dapat menyebabkan cedera, penurunan mobilitas, dan berkurangnya kemandirian. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman lansia mengenai faktor risiko jatuh dan upaya pencegahannya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengevaluasi perubahan pengetahuan lansia setelah diberikan pendidikan kesehatan di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo, Surabaya. Kegiatan melibatkan 18 lansia dengan menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan dan evaluasi sebelum serta sesudah intervensi (*pretest–posttest*). Materi edukasi berfokus pada faktor risiko jatuh dan upaya pencegahannya. Data pengetahuan dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test*. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 71,83 ± 22,11 sebelum edukasi menjadi 78,61 ± 24,03 setelah edukasi, dengan peningkatan sebesar 6,78 poin. Namun, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa perubahan tersebut tidak signifikan (p = 0,225). Secara deskriptif, hasil ini menunjukkan kecenderungan peningkatan pengetahuan setelah pemberian pendidikan kesehatan, meskipun belum terbukti bermakna secara statistik. Pendidikan kesehatan secara berkala dengan metode interaktif, demonstrasi, dan media edukasi yang mudah dipahami disarankan untuk memperkuat pemahaman lansia dan mendukung upaya pencegahan jatuh di tingkat komunitas.
Kata Kunci: Lansia, Pendidikan Kesehatan, Risiko Jatuh, Pencegahan Jatuh, Posyandu Lansia.

ABSTRACT

Falls are a major health concern among older adults and may lead to injuries, reduced mobility, and loss of independence. Health education is important to improve older adults' understanding of fall risk factors and preventive strategies. This community service activity aimed to evaluate changes in older adults' knowledge following health education at the Elderly Integrated Health Post (Posyandu Lansia) RW 5 Bumiarjo, Surabaya, Indonesia. The activity involved 18 older adults and employed a pretest–posttest approach to assess knowledge before and after the educational intervention. The educational materials focused on fall risk factors and fall prevention strategies. Knowledge scores were analyzed using a paired-sample t-test. The results showed that the mean knowledge score increased from 71.83 ± 22.11 before the intervention to 78.61 ± 24.03 afterward, representing a descriptive increase of 6.78 points. However, the difference was not statistically

significant (p = 0.225). These findings indicate a tendency toward improved knowledge following health education, although a statistically significant improvement was not demonstrated. Regular health education incorporating interactive learning, demonstrations, and accessible educational materials is recommended to reinforce older adults' understanding and support community-based fall prevention efforts.
Keywords: *Older Adults, Health Education, Fall Risk, Fall Prevention, Elderly Integrated Health Post.*

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) merupakan fenomena demografis yang terjadi secara global maupun nasional (World Health Organization, 2024). Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup, jumlah lansia di masyarakat juga mengalami peningkatan (Riskesdas Jatim, 2018). Kondisi ini menimbulkan berbagai tantangan kesehatan, salah satunya adalah meningkatnya risiko jatuh pada lansia. Jatuh merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia dan dapat menimbulkan dampak serius seperti cedera, penurunan kemandirian, hingga penurunan kualitas hidup (Budiono & Rivai, 2021). Secara fisiologis, proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan pada sistem tubuh, antara lain penurunan kekuatan otot, penurunan keseimbangan, gangguan koordinasi, serta perubahan pada sistem sensorik dan muskuloskeletal. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko jatuh pada lansia (Djoar & Anggarani, 2021). Selain faktor intrinsik tersebut, risiko jatuh juga dapat dipengaruhi oleh faktor ekstrinsik seperti kondisi lingkungan rumah yang tidak aman, pencahayaan yang kurang memadai, penggunaan alas kaki yang tidak sesuai, serta kurangnya pemahaman lansia mengenai strategi pencegahan jatuh. Data menunjukkan bahwa kejadian jatuh pada lansia merupakan masalah kesehatan yang cukup signifikan. Diperkirakan sekitar 28–35% lansia yang berusia di atas 65 tahun mengalami kejadian jatuh setiap tahunnya, dan angka tersebut meningkat pada kelompok usia yang lebih lanjut. Kejadian jatuh tidak hanya berdampak pada cedera fisik seperti fraktur dan memar, tetapi juga dapat menimbulkan dampak psikologis seperti rasa takut untuk bergerak (fear of falling) yang pada akhirnya dapat menurunkan aktivitas fisik dan kemandirian lansia (Cruz et al., 2017).

Upaya pencegahan jatuh pada lansia dapat dilakukan melalui deteksi dini terhadap faktor risiko yang dimiliki oleh lansia. Deteksi dini tersebut dapat dilakukan melalui skrining sederhana yang menilai keseimbangan, mobilitas, dan kemampuan fungsional lansia. Namun demikian, pelaksanaan skrining risiko jatuh di tingkat komunitas masih belum optimal, terutama karena keterbatasan tenaga kesehatan serta kurangnya pelatihan bagi kader kesehatan di masyarakat. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif bagi lansia. Di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo, kegiatan yang dilakukan umumnya meliputi pemeriksaan kesehatan dasar seperti pengukuran tekanan darah, berat badan, serta kegiatan senam lansia. Namun demikian, berdasarkan obervasi dan wawancara pendahuluan yang dilakukan, kegiatan skrining khusus yang berkaitan dengan risiko jatuh pada lansia belum dilakukan secara sistematis. Risiko jatuh dinilai oleh kader dengan cara mengobservasi sekilas tentang cara berjalan lansia. Selain itu, kader posyandu yang berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan masih memiliki keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan deteksi dini risiko jatuh serta memberikan edukasi terkait pencegahan jatuh kepada lansia. Padahal, kader posyandu memiliki peran strategis sebagai penggerak kesehatan di masyarakat. Dengan pemberdayaan melalui pelatihan yang tepat, kader

posyandu dapat dibekali pengetahuan dan keterampilan untuk melakukan skrining sederhana terhadap risiko jatuh pada lansia serta memberikan edukasi mengenai upaya pencegahan jatuh. Melalui peningkatan kapasitas kader, diharapkan kegiatan deteksi dini risiko jatuh dapat dilakukan secara berkelanjutan di tingkat komunitas.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada pemberdayaan kader posyandu melalui pelatihan skrining risiko jatuh serta edukasi mengenai pencegahan jatuh pada lansia. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan deteksi dini risiko jatuh, sehingga upaya pencegahan dapat dilakukan lebih awal dan berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan serta kualitas hidup lansia di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo. Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia melalui kegiatan promotif dan preventif. Kegiatan yang rutin dilakukan di posyandu tersebut antara lain pemeriksaan kesehatan dasar seperti pengukuran tekanan darah, penimbangan berat badan, serta kegiatan senam lansia. Kegiatan ini didukung oleh kader posyandu yang berperan aktif dalam membantu pelaksanaan pelayanan kesehatan di tingkat komunitas.

Meskipun demikian, berdasarkan hasil pengamatan awal dan diskusi dengan kader posyandu, diketahui bahwa kegiatan yang berkaitan dengan deteksi dini risiko jatuh pada lansia belum dilaksanakan secara sistematis. Padahal, risiko jatuh merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia dan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif seperti cedera, keterbatasan mobilitas, serta penurunan kualitas hidup. Selain itu, kader posyandu belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam melakukan skrining risiko jatuh pada lansia. Kader umumnya belum familiar dengan metode skrining sederhana yang dapat digunakan di tingkat komunitas, seperti pengukuran keseimbangan dan mobilitas fungsional. Akibatnya, lansia yang memiliki risiko jatuh tidak dapat teridentifikasi secara dini sehingga upaya pencegahan belum dapat dilakukan secara optimal. Permasalahan lainnya adalah keterbatasan pengetahuan kader dalam memberikan edukasi mengenai pencegahan jatuh kepada lansia dan keluarga. Sebagian besar lansia masih belum memahami faktor-faktor yang dapat meningkatkan risiko jatuh, seperti penurunan keseimbangan, kondisi lingkungan rumah yang tidak aman, serta kurangnya aktivitas fisik yang mendukung kekuatan dan stabilitas tubuh.

Di sisi lain, kader posyandu memiliki potensi besar untuk berperan sebagai penggerak kesehatan masyarakat, khususnya dalam kegiatan promotif dan preventif bagi lansia. Namun, potensi tersebut belum dimanfaatkan secara optimal karena keterbatasan pelatihan dan pendampingan terkait deteksi dini risiko jatuh serta strategi pencegahannya.

Berdasarkan kondisi tersebut, maka permasalahan mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dirumuskan yaitu belum adanya kegiatan skrining risiko jatuh pada lansia yang dilakukan secara rutin di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo, keterbatasan pengetahuan kader posyandu mengenai faktor risiko jatuh pada lansia, kader posyandu belum memiliki keterampilan dalam melakukan skrining sederhana untuk mendeteksi risiko jatuh pada lansia, keterbatasan kemampuan kader dalam memberikan edukasi mengenai pencegahan jatuh kepada lansia dan keluarga dan belum optimalnya peran kader posyandu dalam upaya promotif dan preventif terkait pencegahan risiko jatuh pada lansia di tingkat komunitas.

Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya kegiatan pemberdayaan kader posyandu melalui pelatihan dan pendampingan, sehingga kader dapat memiliki kompetensi dalam melakukan deteksi dini risiko jatuh serta memberikan edukasi pencegahan jatuh kepada lansia secara berkelanjutan di lingkungan Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo. Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi pada Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo, diperlukan upaya yang bersifat promotif dan preventif untuk meningkatkan kemampuan kader posyandu dalam melakukan deteksi dini terhadap risiko jatuh pada lansia. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah melalui pelatihan kader posyandu dalam melakukan skrining risiko jatuh menggunakan Morse Fall Scale (MFS) serta pemberian edukasi mengenai pencegahan jatuh pada lansia. Morse Fall Scale merupakan salah satu instrumen skrining yang banyak digunakan untuk mengidentifikasi risiko jatuh pada pasien atau lansia secara cepat dan sederhana. Instrumen ini menilai beberapa komponen yang berkaitan dengan risiko jatuh, antara lain riwayat jatuh, diagnosis sekunder, penggunaan alat bantu berjalan, terapi infus, cara berjalan (gait), serta status mental. Skor yang diperoleh dari penilaian tersebut dapat digunakan untuk mengklasifikasikan tingkat risiko jatuh menjadi rendah, sedang, atau tinggi sehingga dapat menjadi dasar dalam menentukan upaya pencegahan yang tepat (Ivana et al., 2017).

Melalui kegiatan pelatihan ini, kader posyandu akan diberikan pengetahuan dan keterampilan praktis mengenai cara melakukan skrining risiko jatuh pada lansia secara sederhana dan sistematis. Pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan kapasitas kader dalam melakukan deteksi dini terhadap lansia yang berisiko mengalami jatuh, sehingga intervensi pencegahan dapat dilakukan lebih awal. Denan demikian, diharapkan kader posyandu memiliki kompetensi dalam melakukan skrining risiko jatuh secara sederhana dan efektif di tingkat komunitas. Dengan demikian, kegiatan deteksi dini risiko jatuh dapat menjadi bagian dari pelayanan rutin di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo dan berkontribusi dalam upaya pencegahan cedera serta peningkatan kualitas hidup lansia

METODE

Kegiatan ini dilakukan di Posyandu Lansia Bumiarjo, Surabaya Bersama 18 orang lansia di posyandu tersebut. Secara umum, metode pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, dimana pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan pengurus Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo serta pihak terkait di lingkungan setempat untuk memperoleh dukungan dalam pelaksanaan kegiatan. Selain itu, tim juga melakukan identifikasi awal terhadap kebutuhan kader posyandu terkait dengan pengetahuan dan keterampilan dalam skrining risiko jatuh pada lansia. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan materi pelatihan, penyediaan media edukasi, serta persiapan instrumen skrining menggunakan Morse Fall Scale. Berikutnya adalah tahap pelaksanaan pelatihan, dimana kegiatan pelatihan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan praktik kepada kader posyandu. Materi yang diberikan meliputi penjelasan mengenai proses penuaan dan perubahan fisik pada lansia yang dapat meningkatkan risiko jatuh, faktor-faktor risiko jatuh pada lansia baik faktor intrinsik maupun ekstrinsik, pengenalan instrumen skrining risiko jatuh menggunakan Morse Fall Scale, cara melakukan penilaian, pengisian formulir, serta interpretasi skor hasil skrining. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi ceramah interaktif, diskusi, serta demonstrasi untuk mempermudah kader dalam memahami materi yang diberikan. Tahap selanjutnya adalah tahap simulasi dan praktik skrining yaitu setelah mendapatkan materi teori, kader posyandu akan melakukan simulasi dan praktik langsung dalam melakukan skrining risiko jatuh pada lansia menggunakan Morse Fall Scale.

Praktik ini dilakukan dengan pendampingan dari tim pengabdian masyarakat sehingga kader dapat memahami langkah-langkah penilaian secara benar dan sistematis. Tahap terakhir adalah tahap pendampingan dan evaluasi, dimana pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan pendampingan kepada kader dalam pelaksanaan skrining risiko jatuh pada kegiatan posyandu lansia. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan. Selain itu, dilakukan juga evaluasi terhadap kemampuan kader dalam melakukan skrining risiko jatuh secara mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penyajian Tabel dan Gambar

Tabel 5.1 Perbedaan Skor Pengetahuan Lansia Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

No	Variabel	Mean ± SD	95% CI Selisih	t	p-value
1	Pretest	71,83 ± 22,11			
2	Posttest	78,61 ± 24,03			
3	Selisih (Pretest–Posttest)	-6,78 ± 22,82	-18,13 s.d. 4,57	-1,260	0,225

Tabel 5.2 Tingat Pengetahuan Lansia Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

No	Variabel	Sebelum	Setelah
1	Pengetahuan Kurang	3 (16,67%)	3 (16,67%)
2	Pengetahuan Cukup	8 (44,44%)	3 (16,67%)
3	Pengetahuan Baik	7 (38,89%)	12 (66,67%)

2. Pembahasan Temuan

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Paired Sample t-test terhadap 18 orang lansia, diperoleh rata-rata skor pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebesar 71,83 ± 22,11, sedangkan setelah pendidikan kesehatan meningkat menjadi 78,61 ± 24,03. Secara deskriptif terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 6,78 poin. Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebanyak 38,89% peserta memiliki pengetahuan yang baik, setelah pendidikan kesehatan sebanyak 66,6% peserta memiliki pengetahuan yang baik. Akan tetapi, hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 0,225 (p > 0,05), sehingga peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik. Hasil ini menunjukkan

bahwa meskipun terdapat kecenderungan peningkatan pengetahuan setelah kegiatan pendidikan kesehatan, perubahan yang terjadi belum cukup besar untuk menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna.

Tidak signifikannya hasil tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain jumlah peserta yang relatif sedikit (n = 18), variasi tingkat pengetahuan peserta yang cukup tinggi, serta adanya perbedaan karakteristik seperti tingkat pendidikan, pengalaman memperoleh informasi kesehatan, dan kemampuan kognitif lansia. Selain itu, nilai rata-rata pretest yang sudah cukup tinggi menunjukkan bahwa sebagian peserta telah memiliki pengetahuan yang baik sebelum diberikan edukasi sehingga ruang peningkatan pengetahuan menjadi lebih terbatas . Walaupun belum menunjukkan perbedaan yang signifikan, peningkatan nilai rata-rata setelah intervensi menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tetap memberikan manfaat sebagai upaya promotif dalam meningkatkan literasi kesehatan lansia (Sardareh et al., 2024). Pendidikan kesehatan tetap bermanfaat sebagai upaya promotif karena membantu lansia memperoleh pengetahuan yang diperlukan untuk mengenali faktor risiko, memahami pilihan perilaku sehat, dan berpartisipasi aktif dalam menjaga kesehatannya; penelitian tentang edukasi pencegahan hipertensi menggunakan media booklet menunjukkan peningkatan pengetahuan lansia setelah intervensi (Saing et al., 2026). Penelitian lain menemukan perubahan pengetahuan dan sikap kader Posbindu setelah edukasi menggunakan media tote bag mengenai pengukuran antropometri dan gizi seimbang lansia (Subagyo et al., 2021). Selain itu terdapat penelitian lain mengatakan bahwa pendidikan kesehatan yang dilakukan secara berulang dengan metode yang interaktif, menggunakan media visual, demonstrasi, diskusi, dan melibatkan keluarga maupun kader kesehatan akan memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan penyuluhan yang hanya dilakukan satu kali (Mansyur et al., 2022; Marshall et al., 2025). Pendidikan kesehatan sebaiknya dirancang secara berulang dan partisipatif agar peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga berkesempatan mempraktikkan keterampilan dan memperkuat pemahamannya (Fitriani & Sudiyani, 2024). Dengan demikian, edukasi berulang yang memadukan media visual, demonstrasi, diskusi, dan keterlibatan keluarga maupun kader dapat menjadi strategi yang lebih komprehensif untuk memperkuat pemahaman serta penerapan informasi kesehatan, meskipun keunggulan kombinasi seluruh metode tersebut dibandingkan penyuluhan satu kali perlu diuji secara langsung.

Dalam konteks penyelenggaraan Posyandu Lansia RW 5, hasil kegiatan ini memiliki arti penting sebagai bagian dari upaya pemberdayaan masyarakat. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang berfungsi memberikan pelayanan promotif, preventif, kuratif sederhana, dan rehabilitatif melalui keterlibatan aktif kader serta dukungan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di Posyandu Lansia tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga memperkuat kemampuan lansia dalam menjaga kesehatan secara mandiri serta meningkatkan partisipasi mereka dalam kegiatan kesehatan di masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Dari aspek administrasi pelayanan kesehatan di Posyandu, kegiatan ini juga menjadi bagian dari proses perencanaan, pelaksanaan, pencatatan, dan evaluasi program kesehatan masyarakat. Pengukuran pengetahuan melalui pretest dan posttest merupakan salah satu bentuk evaluasi program yang dapat digunakan sebagai dasar dalam menyusun kegiatan edukasi berikutnya. Hasil evaluasi ini membantu kader Posyandu dan Puskesmas menentukan materi yang masih perlu diperkuat, metode penyampaian yang lebih sesuai dengan karakteristik lansia, serta frekuensi penyuluhan yang lebih efektif. Dengan

demikian, administrasi program Posyandu tidak hanya berorientasi pada jumlah kegiatan yang terlaksana, tetapi juga pada pencapaian hasil (outcome) berupa peningkatan pengetahuan dan perilaku hidup sehat masyarakat.

Selain itu, keterlibatan kader Posyandu dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan merupakan komponen penting dalam keberlanjutan program. Kader berperan sebagai penghubung antara tenaga kesehatan dan masyarakat sehingga informasi kesehatan dapat terus disampaikan setelah kegiatan pengabdian selesai. Penguatan kapasitas kader melalui pelatihan dan penyediaan media edukasi yang sederhana diharapkan mampu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan kepada lansia pada kegiatan Posyandu berikutnya (Prabasari et al., 2021). Seperti pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pelatihan kader menggunakan ceramah, demonstrasi, dan simulasi terbukti meningkatkan pengetahuan serta keterampilan kader Posyandu Lansia dalam edukasi pengelolaan hipertensi dan diabetes (Afiatna et al., 2022).

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan di Posyandu Lansia RW 5 memberikan kecenderungan peningkatan pengetahuan peserta, meskipun belum signifikan secara statistik. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan sebaiknya dilakukan secara berkala dengan metode yang lebih partisipatif, menggunakan media edukasi yang menarik, serta didukung oleh monitoring dan evaluasi berkelanjutan agar tujuan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan lansia dapat tercapai secara optimal

SIMPULAN

Kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan pada lansia di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 71,83 ± 22,11 sebelum edukasi menjadi 78,61 ± 24,03 setelah edukasi. Meskipun hasil uji statistik menunjukkan bahwa peningkatan tersebut belum signifikan (p = 0,225), secara deskriptif terdapat kecenderungan peningkatan pengetahuan setelah pemberian pendidikan kesehatan. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tetap berpotensi meningkatkan pemahaman lansia mengenai materi yang diberikan, sehingga dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif dalam mendukung peningkatan kualitas kesehatan lansia di tingkat Masyarakat

Kegiatan pendidikan kesehatan di Posyandu Lansia RW 5 Bumiarjo sebaiknya dilaksanakan secara rutin dan berkesinambungan dengan menggunakan metode pembelajaran yang lebih interaktif, seperti demonstrasi, diskusi kelompok, dan media edukasi yang mudah dipahami oleh lansia. Selain itu, keterlibatan kader Posyandu, keluarga, dan tenaga kesehatan perlu terus ditingkatkan untuk memperkuat penyampaian informasi serta memberikan pendampingan kepada lansia dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh. Evaluasi pengetahuan secara berkala juga disarankan untuk menilai efektivitas program edukasi dan sebagai dasar perbaikan kegiatan promotif pada penyelenggaraan Posyandu berikutnya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyandang dana : STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya, Tempat pelaksanaan kegiatan : Posyandu Lansia RW 05 Bumiarjo, Surabaya

DAFTAR PUSTAKA

Afiatna, P., Maryanto, S., & Setyoningrum, U. (2022). Pelatihan Kader dengan Metode Ceramah , Demonstrasi dan Simulasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Wilayah RW V Kelurahan Pudakpayung , Banyumanik Semarang. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, *5*(2), 188–194.

Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *10*(2), 371–379. https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.621

Cruz, D. T. da, Duque, R. O., & Leite, I. C. G. (2017). Prevalence of fear of falling, in a sample of elderly adults in the community. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, *20*(3), 309–318. https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.160176

Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2021). *Geriatri*. Syiah Kuala University Press.

Fitriani, S., & Sudiyani, M. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dan Demonstrasi Terhadap Manajemen Diri Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, *11*(1).

Ivana, B., Martina, T., Michaela, M., & Katarína, Ž. (2017). Review Predictive Value Of The Morse Fall Scale. *Central European Journal of Nursing and Midwifery*, *8*(1), 588–595. https://doi.org/10.15452/CEJNM.2017.08.0006

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Integrasi Layanan Primer*. Kementerian Kesehatan RI.

Mansyur, S., Masyitha, A., Arafat, R., & Hardianto, Y. (2022). Effective health education methods to improve self-care in older people with chronic heart failure : A systematic review. *Health Sciences Review*, *5*(October). https://doi.org/10.1016/j.hsr.2022.100060

Marshall, N., Butler, M., Lambert, V., Timon, C. M., Joyce, D., & Warters, A. (2025). Health literacy interventions and health literacy-related outcomes for older adults : a systematic review. *BMC Health Services Research*, *25*.

Prabasari, N. A., Juwita, L., Ayu, M. I., & Marcello, S. A. (2021). Pelatihan dan pendampingan kader posyandu lansia dalam pencegahan hipertensi dengan terapi non farmakologi di wilayah kerja puskesmas kenjeran. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(1), 7–11.

Riskesdas Jatim. (2018). Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.

Saing, F. M., Sari, E., Sarumi, R., Juliana, N., & Lisna. (2026). Efektivitas Media Booklet dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia tentang Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Gen Karya*, *2*(1), 111–119.

Sardareh, M., Matlabi, H., Shafiee-kandjani, A. R., Bahreini, R., & Mohammaddokht, S. (2024). Interventions for improving health literacy among older people : a systematic review. *BMC Geriatrics*, *24*, 911. https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12877-024-05522-z

Subagyo, S. A., Sitoayu, L., Jus'at, I., Gifari, N., & Harna. (2021). Edukasi Media Tote Bag Merubah Pengetahuan Serta Sikap Kader Posbindu Dalam Pengukuran Antropometri Dan Gizi Seimbang Lansia. *Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *5*(July), 87–94. https://doi.org/https://doi.org/10.22487/ghidza.v5i1.229

World Health Organization. (2024). *Ageing and health*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health