

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia (lansia) merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia didefinisikan sebagai seseorang yang telah mencapai 60 (enam puluh) tahun ke atas. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada tahun 2024 jumlah lansia di Indonesia mencapai 12% dari total penduduk dan diproyeksikan mencapai 20,31% dari total penduduk pada tahun 2045.<sup>2</sup> Provinsi di Indonesia dengan jumlah lansia terbanyak berada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yaitu sebanyak 17%.<sup>3</sup> Selain itu, data BPS juga menunjukkan rata-rata usia harapan hidup penduduk Indonesia mencapai 72,39 tahun.<sup>2</sup> Data Profil Kesehatan Kabupaten Sleman 2025 menunjukkan Kapanewon Mlati merupakan kapanewon yang cenderung memiliki kepadatan penduduk tertinggi, sehingga memiliki beban pelayanan kesehatan yang besar, terutama di tingkat fasilitas kesehatan pertama, yaitu Puskesmas.<sup>4</sup> Seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk lansia di Indonesia, hal tersebut dapat meningkatkan permasalahan masalah kesehatan yang banyak dialami pada kelompok lansia. Dengan bertambahnya usia, lansia rentan mengalami penurunan fungsi fisiologis yang dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit tidak menular salah satunya adalah diabetes melitus.<sup>5</sup>

Diabetes melitus (DM) adalah suatu penyakit tidak menular dan penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia atau kadar gula di atas normal yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya.<sup>6</sup> Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi diabetes melitus di Indonesia mencapai 2,2%, angka tersebut meningkat dari data Riset Kesehatan Dasar 2018 yang hanya mencapai 2%. Pada lansia, prevalensi tersebut juga meningkat pada tahun 2023 menjadi 6,6% (55–64 tahun), 6,7% (65–74 tahun), dan 4,8% ( $\geq 75$  tahun) dibandingkan pada tahun 2018 yang mencapai 6,3% (55–64 tahun), 6,0% (65–74 tahun), dan 3,3% ( $\geq 75$  tahun). Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevalensi tersebut juga meningkat dari 3,1% pada tahun 2018 menjadi 3,6% pada tahun 2023.<sup>7,8</sup> Hal ini selaras dengan laporan masalah kesehatan di Puskesmas Mlati II per-September 2025 yang menunjukkan bahwa DM termasuk dalam tiga besar penyakit paling banyak ditemukan pada masyarakat yaitu sejumlah 38.431 kasus.

Salah satu faktor penyebab tingginya prevalensi DM pada lansia adalah kurangnya pengetahuan lansia terkait diabetes melitus, yang berdampak pada rendahnya kepatuhan lansia dalam menjalankan pola makan yang dianjurkan. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa pengetahuan berhubungan dengan diabetes melitus pada lansia.<sup>9</sup> Pengetahuan merupakan aspek yang sangat penting dalam upaya pengendalian diabetes melitus pada lansia. Pasien yang memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakit, komplikasi yang mungkin timbul, serta cara pencegahannya akan lebih siap dalam melakukan pengelolaan diri. Edukasi gizi berperan penting untuk membekali pasien

dengan keterampilan dalam menjalani pola makan yang sesuai, meningkatkan keyakinan diri, serta mendukung keberhasilan program pengendalian gula darah. Dengan demikian, edukasi gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membantu pasien mengurangi stres dalam menjalani terapi diet dan mencegah terjadinya komplikasi baik akut maupun kronis. Hal ini pada akhirnya akan meningkatkan kualitas hidup pasien.<sup>10,11</sup>

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah dalam mengatasi masalah kesehatan pada lansia adalah penyelenggaraan Posyandu Lansia. Program tersebut merupakan bentuk upaya kesehatan bersumberdaya masyarakat yang dikelola oleh masyarakat yang melibatkan lintas sektor terkait dan berprinsip dari oleh dan untuk masyarakat. Upaya kesehatan yang dilaksanakan menitikberatkan kepada upaya promotif, preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif.<sup>5</sup> Selain itu, juga bertujuan untuk melakukan kegiatan dan pemantauan faktor risiko penyakit tidak menular yang dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan periodik.<sup>12</sup>

Kader posyandu lansia sebagai ujung tombak kegiatan posyandu dapat berperan sebagai penghubung antara tenaga kesehatan dan masyarakat terutama dalam menyampaikan informasi mengenai gizi dan kesehatan pada kegiatan posyandu lansia. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara peran serta kader dengan pengetahuan dan kepatuhan penderita DM.<sup>13</sup> Terdapat penelitian lain yang menyatakan bahwa kader memiliki peran yang sangat kuat dalam memberikan edukasi dasar pada penderita DM, membangkitkan kemauan untuk berubah, meningkatkan

support dan keyakinan penderita serta keluarga dalam upaya pengelolaan dan pengendalian DM.<sup>5</sup> Namun, beberapa penelitian juga menyatakan bahwa pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan edukasi gizi masih kurang baik.<sup>14,15</sup> Pengetahuan dan efikasi diri yang baik dari seorang kader akan berhubungan secara signifikan terhadap pelayanan kesehatan di posyandu lansia, adanya peningkatan cakupan layanan dan peningkatan kondisi kesehatan lansia.<sup>5</sup>

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan, posyandu di wilayah kerja Puskesmas Mlati II yang memiliki jumlah lansia terbanyak adalah Posyandu Padukuhan Plaosan dan Posyandu Padukuhan Bakalan. Diabetes melitus juga merupakan penyakit kedua terbanyak yang diderita oleh lansia di padukuhan tersebut. Hasil survei pendahuluan menunjukkan bahwa 73% lansia memiliki pengetahuan rendah terkait diabetes melitus, 70% lansia memiliki kepatuhan diet diabetes melitus yang rendah, serta 80% kader posyandu lansia memiliki pengetahuan yang rendah terkait diabetes melitus. Selain itu, kader posyandu lansia juga menyatakan bahwa edukasi gizi terkait diabetes melitus sangat penting disampaikan kepada lansia, namun kegiatan edukasi gizi tidak selalu dilakukan karena kader merasa kurang percaya diri dalam melakukan edukasi gizi dan keterbatasan media edukasi yang tersedia di posyandu. Kader posyandu lansia menilai bahwa penyuluhan tanpa media edukasi membuat lansia sulit menerima informasi, sehingga kurang efektif. Oleh karena itu, kader posyandu lansia menyatakan bahwa mereka membutuhkan kegiatan pelatihan tentang diabetes melitus.

Dalam pelaksanaan edukasi gizi, diperlukan media yang praktis, menarik, dan mudah dipahami oleh sasaran agar penyampaian informasi menjadi lebih efektif. Salah satu media edukasi gizi yang dapat digunakan adalah lembar balik. Lembar balik merupakan media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk buku dimana tiap lembar berisi gambar peragaan dan lembaran baliknya berisi kalimat sebagai pesan kesehatan yang berkaitan dengan gambar. Media lembar balik ini memiliki keunggulan yaitu sangat memudahkan dalam penyampaian pesannya, karena bagian belakang dari lembar balik tersebut dapat diberikan catatan mengenai apa yang akan disampaikan kepada klien.<sup>12</sup> Terdapat beberapa penelitian yang membuktikan bahwa edukasi gizi dan kesehatan menggunakan media lembar balik terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu.<sup>16-18</sup> Selain itu, penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa pemberian edukasi gizi menggunakan media lembar balik terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan penderita DM terkait diet yang dianjurkan.<sup>19</sup>

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan kajian mengenai program pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan kapasitas kader posyandu lansia dalam rangka upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia dalam melakukan edukasi gizi terkait diabetes melitus.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, diketahui bahwa kader posyandu lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan lansia terhadap pengelolaan diabetes melitus. Namun, masih ditemukan keterbatasan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri kader dalam memberikan edukasi gizi, serta minimnya media edukasi yang menarik dan sesuai bagi lansia. Untuk mengatasi hal tersebut, dilakukan program pemberdayaan kader “KADER CERIA (Kader Cerdas Edukasi Gizi untuk Atasi Diabetes Melitus)” melalui pelatihan edukasi gizi menggunakan media lembar balik. Berdasarkan kondisi tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pelatihan edukasi gizi melalui program “KADER CERIA” terhadap tingkat pengetahuan kader mengenai diabetes melitus?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program pemberdayaan “KADER CERIA” terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu dalam melakukan edukasi gizi mengenai diabetes melitus menggunakan media lembar balik.

### **2. Tujuan Khusus**

- 1) Untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader posyandu sebelum diberikan pemberdayaan melalui program “KADER CERIA”.

- 2) Untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader posyandu sesudah diberikan pemberdayaan melalui program “KADER CERIA”.
- 3) Untuk mengetahui tingkat keterampilan kader dalam melakukan edukasi gizi mengenai diabetes melitus menggunakan media lembar balik sesudah diberikan pemberdayaan melalui program “KADER CERIA”.
- 4) Untuk menganalisis perbedaan rata-rata pengetahuan kader posyandu sebelum dan sesudah diberikan pemberdayaan melalui program “KADER CERIA”.

#### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini difokuskan pada proses pemberdayaan kader posyandu lansia melalui program KADER CERIA (Kader Cerdas Edukasi Gizi Untuk Atasi Diabetes Melitus) di wilayah kerja Puskesmas Mlati II. Penelitian mencakup kegiatan peningkatan kapasitas kader posyandu lansia dalam hal pengetahuan dan keterampilan melakukan edukasi gizi mengenai diabetes melitus dengan menggunakan media lembar balik sebagai alat bantu utama dalam penyampaian informasi.

#### **E. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan pengetahuan mengenai penerapan program pemberdayaan kader lansia

berbasis edukasi gizi, serta memberikan kontribusi terhadap pengembangan media edukasi praktis berupa lembar balik yang efektif meningkatkan kapasitas kader dan keberlanjutan program edukasi di masyarakat.

## 2. Bagi Kader Posyandu dan Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri kader dalam memberikan edukasi gizi kepada lansia, serta mendorong kader untuk memanfaatkan media lembar balik secara berkelanjutan. Selain itu, bagi lansia, kegiatan ini diharapkan mempermudah pemahaman tentang pengelolaan diabetes melitus dan meningkatkan kepatuhan terhadap pola makan yang dianjurkan.

## 3. Bagi Institusi dan Puskesmas

Diharapkan dapat menjadi masukan bagi puskesmas dan instansi terkait dalam mengembangkan strategi pemberdayaan kader dan metode edukasi gizi yang lebih efektif dengan memanfaatkan media sederhana namun aplikatif. Selain itu, dapat menjadi bahan referensi bagi institusi pendidikan maupun pelayanan kesehatan dalam upaya pengembangan program pemberdayaan kader untuk pengendalian penyakit tidak menular.

## F. Keaslian Penelitian

**Tabel 1 Keaslian Penelitian**

Penulis	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Sulistiyani & Hilman (2021)	Pengembangan Media Lembar Balik Gizi Seimbang Pada Balita Untuk Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu	Penggunaan media edukasi gizi berbasis lembar balik untuk meningkatkan pengetahuan kader	Sasaran yang digunakan kader posyandu balita dan materi yang disampaikan mengenai gizi seimbang
Nadhiroh, dkk (2024)	Peningkatan Pengetahuan dan <i>Self-Efficacy</i> Kader Posyandu dalam Melakukan Edukasi dan Pembuatan Media Edukasi Gizi	Pelatihan kepada kader posyandu mengenai cara melakukan edukasi gizi kepada ibu balita	Materi pelatihan berupa cara pembuatan media edukasi gizi yang difokuskan kepada ibu balita

Berdasarkan tabel keaslian penelitian, beberapa penelitian sebelumnya telah menggunakan media lembar balik sebagai sarana edukasi gizi dan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan kader posyandu. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa media lembar balik efektif meningkatkan pengetahuan kader dalam edukasi gizi seimbang pada balita. Begitu pula penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa pelatihan kepada kader dapat meningkatkan pengetahuan dan *self-efficacy* kader dalam memberikan edukasi kepada ibu balita.

Namun, penelitian sebelumnya umumnya berfokus pada kader posyandu balita, serta sasaran edukasinya adalah orang tua balita. Selain itu, materi edukasi yang disampaikan lebih banyak terkait gizi balita, seperti gizi seimbang atau pembuatan media edukasi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa model pelatihan berbasis pemberdayaan kader posyandu lansia dalam melakukan edukasi gizi mengenai diabetes

melitus menggunakan media lembar balik, yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga keterampilan praktik edukasi kader di posyandu lansia. Penelitian ini memperluas kajian media edukasi gizi yang sebelumnya dominan pada konteks balita menjadi lebih relevan untuk kesehatan lansia, sehingga memiliki nilai praktis dan keberlanjutan dalam pelayanan posyandu lansia.