

**TUGAS AKHIR**

**PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA  
SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI  
POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II**



**GETHA PUJI LESTARI**

**NIM: P71313124003**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI DIETISIEN PROGRAM PROFESI  
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN  
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

**TUGAS AKHIR**

**PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Dietisien



**GETHA PUJI LESTARI**  
**NIM: P71313124003**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI DIETISIEN PROGRAM PROFESI  
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

### PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Disusun oleh  
**GETHA PUJI LESTARI**  
NIM: P71313124003

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:  
20 November 2025

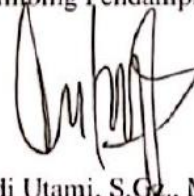
Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Dr Slamet Iskandar, SKM., M.Kes.  
NIP. 197001051994031003

Pembimbing Pendamping,



Siti Budi Utami, S.Gz., MPH.  
NIP. 198811272014032002

Yogyakarta, 20 November 2025

Ketua Jurusan Gizi  
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta



Nur Hidayat, SKM, M.Kes.  
NIP.196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR  
PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA  
SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI  
POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Disusun oleh:

**GETHA PUJI LESTARI**  
NIM: P71313124003

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 3 Desember 2025.....

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes  
NIP. 197403151998032001

(.....)

Anggota,

Dr Slamet Iskandar, SKM, M.Kes.  
NIP. 197001051994031003

(.....)

Anggota,

Siti Budi Utami, S.Gz, MPH  
NIP. 198811272014032002

(.....)

Yogyakarta, 3 Desember.....2025

Ketua Jurusan Gizi

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta


Nur Hidayat, SKM, M. Kes.  
NIP.196804021992031002

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Getha Puji Lestari

NIM : P71313124003

Tanda Tangan :  .....

Tanggal : 20 November 2025

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Getha Puji Lestari

NIM : P71313124003

Program Studi : Pendidikan Profesi Dietisien Program Profesi

Jurusan : Gizi

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Tugas Akhir saya yang berjudul: **“PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada Tanggal : 3 Desember 2025

Yang menyatakan,



(Getha Puji Lestari)

## PEMBERDAYAAN KADER LANSIA MELALUI PROGRAM LANSIA SEHATI (SEHAT TANPA HIPERTENSI) DENGAN MEDIA EDUKASI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Getha Puji Lestari<sup>1</sup>, Slamet Iskandar<sup>2</sup>, Siti Budi Utami<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Prodi Pendidikan Profesi Dietisien Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jalan Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: [getha.p23@gmail.com](mailto:getha.p23@gmail.com)

### ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak dialami oleh lansia dan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan gangguan ginjal. Peran kader posyandu lansia sangat penting dalam upaya promotif dan preventif, namun masih ditemukan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan edukasi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program pemberdayaan Lansia SEHATI (Sehat Tanpa Hipertensi) terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia dalam edukasi hipertensi menggunakan media lembar balik.

Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan *one-group pretest-posttest* dan pendekatan kuantitatif. Subjek terdiri dari 25 orang kader posyandu lansia di wilayah kerja Puskesmas Mlati II. Instrumen penelitian meliputi kuesioner pengetahuan hipertensi dan lembar observasi keterampilan edukasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan kader, dengan rata-rata nilai *pre-test* 52,17 meningkat menjadi 89,45 pada *post-test* ( $p = 0,000$ ). Selain itu, sebanyak 92% kader dinilai memiliki keterampilan baik dalam melakukan edukasi hipertensi setelah pelatihan. Temuan ini menunjukkan bahwa program Lansia SEHATI efektif dalam meningkatkan kapasitas kader dalam memberikan edukasi dan pencegahan hipertensi pada lansia.

**Kata Kunci:** hipertensi, kader posyandu lansia, pemberdayaan kader, edukasi kesehatan, Lansia SEHATI.

**EMPOWERMENT OF ELDERLY POSYANDU CADRES THROUGH  
THE LANSIA SEHATI (HEALTHY WITHOUT HYPERTENSION)  
PROGRAM USING EDUCATIONAL MEDIA AT MLATI II  
PUBLIC HEALTH CENTER**

Getha Puji Lestari<sup>1</sup>, Slamet Iskandar<sup>2</sup>, Siti Budi Utami<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Dietitian Professional Education Study Program, Poltekkes Kemenkes  
Yogyakarta

Jalan Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: [getha.p23@gmail.com](mailto:getha.p23@gmail.com)

***ABSTRACT***

*Hypertension is one of the most common non-communicable diseases among older adults and can lead to serious complications such as stroke, heart failure, and kidney disorders. Cadres of elderly posyandu play an essential role in promotive and preventive efforts; however, limited knowledge and skills in providing health education are still frequently found. This study aims to determine the effect of the Lansia SEHATI (Sehat Tanpa Hipertensi) empowerment program on improving the knowledge and skills of elderly posyandu cadres in delivering hypertension education using flipchart media.*

*This study employed an pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach and a quantitative method. The subjects consisted of 25 elderly posyandu cadres in the working area of Puskesmas Mlati II. Research instruments included a hypertension knowledge questionnaire and an observation checklist for educational skills. Data analysis was performed using the Shapiro–Wilk normality test followed by the Wilcoxon test.*

*The results showed a significant increase in cadre knowledge, with mean scores rising from 52.17 (pre-test) to 89.45 (post-test) ( $p = 0.000$ ). Additionally, 92% of cadres demonstrated good skills in providing hypertension education after the training. These findings indicate that the Lansia SEHATI program is effective in enhancing cadre capacity in delivering education and contributing to hypertension prevention among older adults.*

**Keywords:** *hypertension, elderly posyandu cadres, cadre empowerment, health education, Lansia SEHATI.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Dietisien pada Program Pendidikan Profesi Dietisien Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Bapak Susilo Wirawan, SKM, MPH., Dietisien, selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Ibu Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes selaku Dosen Penguji
5. Bapak Dr Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Utama
6. Ibu Siti Budi Utami, S.Gz., MPH selaku Pembimbing Pendamping
7. Responden dan pihak yang bersedia membantu penelitian
8. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
9. Teman-teman terdekat yang telah banyak memberi semangat dan motivasi, serta
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah berkontribusi dalam proses pembuatan Tugas Akhir.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Umum dan Khusus.....	6
D. Ruang Lingkup.....	7
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Keaslian Penelitian.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka.....	11
B. Kerangka/Landasan Teori .....	29
C. Kerangka Konsep .....	32
D. Hipotesis Penelitian.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel .....	34
C. Waktu dan Tempat.....	36
D. Variabel Penelitian .....	37
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	38
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	39

G.	Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian .....	40
H.	Uji Validitas dan Reabilitas .....	42
I.	Prosedur Penelitian.....	43
J.	Manajemen Data .....	45
K.	Etika Penelitian .....	48
L.	Kelemahan dan Kesulitan Penelitian .....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>51</b>
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	51
B.	Hasil Penelitian .....	52
C.	Pembahasan.....	58
<b>BAB V KESIMPULAN.....</b>		<b>66</b>
A.	KESIMPULAN.....	66
B.	SARAN .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>68</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Keaslian Penelitian .....	9
Tabel 2. 1	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO .....	21
Tabel 3. 1	Definisi Operasional Variabel.....	38
Tabel 4. 1	Karakteristik Responden Kader Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mlati II .....	53
Tabel 4. 2	Data Pengetahuan Hipertensi Kader Posyandu Lansia Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi .....	55
Tabel 4. 3	Data Tingkat Keterampilan Kader Posyandu Lansia dalam Edukasi Gizi Terkait Hipertensi.....	55
Tabel 4. 4	Uji Normalitas Data Skor Pre-test dan Post-test .....	56
Tabel 4. 5	Perbedaan Pengetahuan Subjek Mengenali Diabetes Melitus Antara Sebelum dan Sesudah Pelatihan .....	57

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1	Bagan Kerangka Teori .....	31
Gambar 2. 2	Bagan Kerangka Konsep .....	32
Gambar 3. 1	Rancangan Penelitian .....	33

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Layak Etik.....	75
Lampiran 2. Informed Consent .....	76
Lampiran 3. Kerangka Acuan Kegiatan .....	80
Lampiran 4. Satuan Acara Pendidikan dan Pelatihan .....	83
Lampiran 5. Kurikulum Pelatihan.....	86
Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Hipertensi.....	87
Lampiran 7. Daftar Tilik Keterampilan Kader .....	88
Lampiran 8. Media Edukasi Gizi .....	89
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan .....	91