

# Pemberdayaan kader posyandu dalam pendampingan dan monitoring komprehensif lansia dengan osteoarthritis pasca injeksi intraartikuler

Ibrahim Njoto<sup>1\*</sup>, Roethmia Yaniari<sup>1</sup>, Anna Lewi Santoso<sup>1</sup>, Nur Khamidah<sup>1</sup>, Iskak<sup>2</sup>, Tunggal Bagus Dewanta<sup>2</sup>, Budiono Raharjo<sup>1</sup>, Yulianti Kuswandari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup>Klinik Rawat Inap Nurani, Sukodono, Indonesia

\*) Korespondensi (e-mail: [ibrahim.njoto@uwks.ac.id](mailto:ibrahim.njoto@uwks.ac.id))

Received: 20-February-26; Revised: 19-March-26; Accepted: 26-March-26

## Abstract

Osteoarthritis is a common health problem among older adults, causing chronic pain, limited mobility, and decreased quality of life. Limited monitoring and follow-up care at the community level have resulted in suboptimal management. This community service program aimed to empower Posyandu cadres to provide comprehensive assistance and monitoring for older adults with osteoarthritis after intra-articular injection. The program was conducted at Posyandu Larasati, Dukuh Kupang, Surabaya, through stages of coordination, cadre training, health education, clinical screening, treatment implementation, and periodic monitoring. Screening included pain assessment, laboratory examinations, and knee radiography. Of the 50 older adults screened, 14 individuals (28%) met the clinical indications and underwent intra-articular injection therapy. Cadres were trained to conduct osteoarthritis exercises, infrared therapy, symptom monitoring, random blood glucose checks, and monitoring adherence to joint supplement consumption. Evaluation showed an improvement in cadre capacity, with mean knowledge scores increasing from 62 to 86 ( $\pm 38.7\%$ ), pain monitoring ability from 58 to 84 ( $\pm 44.8\%$ ), and skills in simple therapy from 60 to 88 ( $\pm 46.7\%$ ). Assisted older adults experienced reduced pain and improved functional activity.

Keywords: Osteoarthritis, Posyandu Cadres, Intra-Articular Injection, Older Adults

## Abstrak

Osteoarthritis merupakan masalah kesehatan yang sering dialami lansia dan menyebabkan nyeri kronis, keterbatasan gerak, serta penurunan kualitas hidup. Keterbatasan pemantauan dan perawatan lanjutan di tingkat komunitas menyebabkan penatalaksanaan belum optimal. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberdayakan kader Posyandu dalam pendampingan dan monitoring komprehensif lansia dengan osteoarthritis pasca injeksi intraartikuler. Program dilaksanakan di Posyandu Larasati Dukuh Kupang Surabaya melalui tahapan koordinasi, pelatihan kader, edukasi lansia, skrining klinis, pelaksanaan tindakan, dan pemantauan berkala. Skrining meliputi penilaian nyeri, pemeriksaan laboratorium, dan foto radiografi lutut. Dari 50 lansia yang diperiksa, sebanyak 14 orang (28%) memenuhi indikasi dan menjalani terapi injeksi intraartikuler. Kader dilatih melakukan senam osteoarthritis, terapi infra merah, pemantauan keluhan, pemeriksaan gula darah sewaktu, serta pemantauan kepatuhan konsumsi suplemen sendi. Evaluasi menunjukkan peningkatan kapasitas kader, dengan rerata pengetahuan meningkat dari 62 menjadi 86 ( $\pm 38,7\%$ ), kemampuan monitoring nyeri dari 58 menjadi 84 ( $\pm 44,8\%$ ), serta keterampilan terapi sederhana dari 60 menjadi 88 ( $\pm 46,7\%$ ). Lansia yang didampingi mengalami penurunan nyeri dan peningkatan aktivitas fungsional.

Kata kunci: Osteoarthritis, Kader Posyandu, Injeksi Intraartikuler, Lansia

How to cite: Njoto, I., Yaniari, R., Santoso, A. L., Khamidah, N., Iskak, I., Dewanta, T. B., Raharjo, B., & Kuswandari, Y. (2026). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pendampingan dan Monitoring Komprehensif Lansia dengan Osteoarthritis Pasca Injeksi Intraartikuler. *Penamas: Journal of Community Service*, 6(1), 329–341. <https://doi.org/10.53088/penamas.v6i1.2871>



## 1. Pendahuluan

Osteoarthritis merupakan penyakit degeneratif sendi yang paling sering ditemukan pada populasi lanjut usia dan menjadi salah satu penyebab utama nyeri kronis serta disabilitas di seluruh dunia. Proses degenerasi kartilago, perubahan tulang subkondral, serta proses inflamasi kronis menyebabkan penurunan fungsi sendi yang berdampak pada keterbatasan mobilitas dan penurunan kualitas hidup lansia. Prevalensi osteoarthritis meningkat seiring bertambahnya usia, dan sendi lutut merupakan lokasi yang paling sering mengalami gangguan karena menanggung beban tubuh dalam aktivitas sehari-hari (Steinmetz et al., 2023). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga memengaruhi kemandirian, aktivitas sosial, dan kesehatan psikologis lansia.

Penatalaksanaan osteoarthritis bersifat komprehensif dan meliputi terapi nonfarmakologis, farmakologis, serta tindakan intervensi minimal invasif. Terapi intraartikuler, seperti injeksi asam hialuronat atau agen lainnya, telah banyak digunakan pada pasien dengan nyeri persisten yang tidak memberikan respons optimal terhadap terapi konservatif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa injeksi intraartikuler efektif dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi sendi pada osteoarthritis lutut derajat sedang hingga berat (Kolasinski et al., 2020). Selain itu, pendekatan injeksi intraartikuler dinilai aman dan dapat memperbaiki kualitas hidup pasien apabila dilakukan sesuai indikasi klinis (Miller & Block, 2013).

Meskipun tindakan medis dapat memberikan perbaikan gejala, keberhasilan terapi osteoarthritis tidak hanya ditentukan oleh intervensi klinis, tetapi juga oleh pemantauan kondisi pasien secara berkelanjutan. Pada praktik di tingkat komunitas, lansia sering mengalami keterbatasan dalam mengakses layanan kontrol rutin, melakukan evaluasi gejala, serta memperoleh edukasi lanjutan mengenai perawatan sendi. Kurangnya pemantauan pasca tindakan dapat menyebabkan keterlambatan deteksi keluhan, rendahnya kepatuhan terhadap terapi pendukung, serta penurunan efektivitas pengobatan jangka panjang (Veronica et al., 2024).

Pendekatan berbasis komunitas menjadi strategi penting dalam meningkatkan keberlanjutan pelayanan kesehatan lansia. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berfokus pada upaya promotif dan preventif serta pemantauan kondisi kesehatan secara berkala. Keberadaan kader Posyandu sebagai tenaga sukarela di masyarakat memiliki peran strategis karena kader memiliki kedekatan sosial dengan warga, memahami kondisi lingkungan, dan mampu melakukan edukasi serta pemantauan sederhana secara berkelanjutan. Beberapa studi menunjukkan bahwa pemberdayaan kader melalui pelatihan dapat meningkatkan kapasitas mereka dalam deteksi dini, edukasi kesehatan, serta pemantauan penyakit kronis di tingkat komunitas (Istiqomah et al., 2025).

Namun demikian, peran kader dalam pendampingan pasien osteoarthritis, khususnya setelah tindakan medis seperti injeksi intraartikuler, masih belum optimal. Kegiatan Posyandu pada umumnya masih berfokus pada pemeriksaan kesehatan dasar, sementara pemantauan spesifik terkait nyeri sendi, fungsi aktivitas, kepatuhan

konsumsi suplemen, serta faktor risiko komorbid seperti kadar gula darah belum dilakukan secara sistematis. Padahal, kondisi komorbid seperti gangguan metabolik dapat memengaruhi proses peradangan dan memperburuk progresivitas osteoarthritis. Selain itu, rehabilitasi sederhana seperti senam sendi dan terapi fisik ringan juga memerlukan pendampingan agar dapat dilakukan secara rutin dan benar (Al Farezi et al., 2025).

Keterbatasan akses terhadap pemeriksaan penunjang juga menjadi salah satu kendala dalam penatalaksanaan osteoarthritis di masyarakat. Pemanfaatan sistem Jaminan Kesehatan Nasional melalui mekanisme rujukan berjenjang dapat meningkatkan akses lansia terhadap pemeriksaan laboratorium dan radiologi, sehingga proses skrining dan penentuan indikasi terapi dapat dilakukan secara lebih tepat dan berkelanjutan (Kurniawan et al., 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu program pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan pelayanan medis dengan pemberdayaan komunitas. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada pemberian tindakan injeksi intraartikuler, tetapi juga pada peningkatan kapasitas kader Posyandu dalam melakukan pendampingan dan monitoring kondisi lansia secara komprehensif. Kader dilatih untuk melakukan edukasi kesehatan, memantau keluhan nyeri, memfasilitasi senam osteoarthritis, memberikan terapi infra merah sederhana, melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu, serta memantau kepatuhan konsumsi suplemen sendi sesuai anjuran tenaga medis (Hijriani et al., 2023).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Larasati Dukuh Kupang Surabaya dengan melibatkan kader Posyandu, tenaga kesehatan, serta mitra fasilitas pelayanan kesehatan. Program mencakup tahapan koordinasi, pelatihan kader, edukasi lansia, skrining klinis melalui penilaian nyeri, pemeriksaan laboratorium, dan foto radiografi lutut, pelaksanaan injeksi intraartikuler sesuai indikasi medis, serta monitoring kondisi pasien secara berkala di tingkat komunitas (Fadillah et al., 2025).

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah memberdayakan kader Posyandu agar mampu melakukan pendampingan dan monitoring komprehensif pada lansia dengan osteoarthritis pasca injeksi intraartikuler, sehingga dapat meningkatkan keberlanjutan pelayanan, memperbaiki pemantauan kondisi kesehatan, serta mendukung peningkatan kualitas hidup lansia di tingkat Masyarakat (Njoto et al., 2023).

## **2. Metode Pengabdian**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan pemberdayaan komunitas berbasis pelayanan terpadu pasca tindakan medis, yang dirancang secara sistematis agar dapat direplikasi pada wilayah lain dengan karakteristik serupa. Metode yang digunakan merupakan pengembangan model integratif antara intervensi klinis intraartikuler dan monitoring berbasis kader Posyandu, sehingga keberlanjutan pelayanan tidak hanya bergantung pada fasilitas kesehatan, tetapi juga pada kapasitas Masyarakat (Kim et al., 2016).

### Desain dan Lokasi Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dengan desain partisipatif operasional melalui tahapan perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Program dilakukan di Posyandu Larasati, yang berada di wilayah Surabaya, dengan melibatkan kader Posyandu, tenaga kesehatan, serta lansia dengan osteoarthritis lutut pasca injeksi intraartikuler.

### Sasaran dan Partisipan

Sasaran kegiatan meliputi:

1. Kader Posyandu sebagai pelaksana pendampingan dan monitoring komunitas.
2. Lansia dengan osteoarthritis lutut yang telah menjalani skrining klinis dan sebagian mendapatkan terapi injeksi intraartikuler sesuai indikasi medis.

Sebanyak 50 lansia mengikuti skrining awal, dan 14 lansia menjalani terapi injeksi serta pemantauan lanjutan berbasis kader.

### Tahapan Pelaksanaan Program

Metode pelaksanaan disusun dalam beberapa tahap terstruktur sebagai berikut:

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Tahap	Kegiatan Utama	Metode	Luaran
Koordinasi	Pertemuan dengan kader, tenaga kesehatan, dan pengelola Posyandu	Diskusi kelompok & perencanaan partisipatif	Kesepakatan jadwal dan alur layanan
Pelatihan Kader	Edukasi osteoarthritis, teknik monitoring nyeri, senam sendi, terapi infra merah, pemeriksaan gula darah	Ceramah interaktif, demonstrasi, praktik langsung	Peningkatan pengetahuan & keterampilan kader
Edukasi Lansia	Penyuluhan perawatan sendi, aktivitas fisik, dan kepatuhan terapi	Edukasi kelompok & media leaflet	Peningkatan pemahaman lansia
Skrining Klinis	Penilaian nyeri, pemeriksaan laboratorium, radiografi lutut	Pemeriksaan medis terstandar	Penentuan indikasi terapi
Tindakan Medis	Injeksi intraartikuler sesuai indikasi	Prosedur klinis oleh tenaga Kesehatan	Penurunan nyeri awal
Monitoring Komunitas	Pemantauan nyeri, fungsi aktivitas, gula darah, kepatuhan suplemen, senam rutin	Kunjungan berkala kader & pencatatan terstruktur	Keberlanjutan & pemantauan kondisi

### Inovasi Metode

Kebaruan metode dalam kegiatan ini terletak pada:

1. Integrasi tindakan klinis dengan monitoring berbasis kader, sehingga keberhasilan terapi berlanjut di tingkat komunitas.
2. Pelatihan kader berbasis keterampilan praktis, bukan hanya edukasi teoritis.
3. Sistem pemantauan komprehensif pasca injeksi, meliputi nyeri, fungsi aktivitas, faktor metabolik, dan kepatuhan terapi.
4. Pendekatan rehabilitasi sederhana berbasis Posyandu, seperti senam osteoarthritis dan terapi infra merah mandiri.

Pendekatan ini berbeda dari kegiatan Posyandu konvensional yang umumnya terbatas pada pemeriksaan kesehatan dasar tanpa monitoring spesifik pasca intervensi medis.

### Teknik Pengumpulan dan Evaluasi Data

Evaluasi dilakukan melalui:

1. Pre–post test kader untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan.
2. Pemantauan keluhan nyeri dan fungsi aktivitas lansia secara berkala.
3. Observasi kepatuhan terapi dan partisipasi senam oleh kader.

Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan kapasitas kader dan kondisi lansia setelah program berlangsung (Pertiwi et al., 2024).

### 3. Hasil Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pendekatan pemberdayaan kader Posyandu yang terintegrasi dengan intervensi klinis mampu meningkatkan kapasitas kader sekaligus memperbaiki kondisi subjektif lansia dengan osteoarthritis pasca injeksi intraartikuler. Program yang dilaksanakan di Posyandu Larasati memperlihatkan bahwa kombinasi skrining medis, terapi intraartikuler, edukasi kesehatan, rehabilitasi sederhana, serta monitoring komunitas memberikan dampak yang saling memperkuat dalam pengelolaan osteoarthritis secara berkelanjutan (Aree-Ue et al., 2022).

### Karakteristik Peserta Skrining dan Rasionalitas Terapi

Sebanyak 50 lansia mengikuti skrining awal yang meliputi penilaian nyeri, pemeriksaan gula darah acak dan HbA1c, serta radiografi lutut. Dari jumlah tersebut, 14 lansia memenuhi indikasi klinis untuk menjalani terapi injeksi intraartikuler dan pemantauan lanjutan berbasis kader, sedangkan 36 lansia lainnya mendapatkan terapi konservatif dan monitoring komunitas.

Tabel 2. Distribusi Peserta Berdasarkan Tahapan Pelayanan

Tahapan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Mengikuti skrining awal	50	100
Memenuhi indikasi injeksi	14	28
Tidak memenuhi indikasi	36	72

Temuan pada Tabel 2 menegaskan bahwa tidak seluruh lansia memerlukan tindakan injeksi. Pendekatan berjenjang dan rasional secara klinis menjadi penting agar intervensi invasif hanya diberikan pada pasien yang benar-benar membutuhkan, sehingga meningkatkan efisiensi pelayanan sekaligus menurunkan risiko tindakan yang tidak perlu pada populasi lansia.

Kegiatan pada Gambar 1 menunjukkan pelaksanaan skrining awal lansia yang meliputi wawancara keluhan nyeri sendi serta pemeriksaan gula darah sewaktu. Skrining dilakukan sebagai tahap identifikasi kondisi kesehatan awal dan penentuan indikasi terapi lanjutan. Proses ini melibatkan tenaga kesehatan dan kader Posyandu untuk memastikan pendekatan yang komprehensif. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana edukasi awal bagi lansia mengenai pentingnya deteksi dini

osteoarthritis. Hasil skrining digunakan sebagai dasar dalam menentukan intervensi yang sesuai bagi setiap peserta.



Gambar 1. Pelaksanaan skrining kesehatan lansia

### **Peningkatan Kapasitas Kader sebagai Kunci Pemberdayaan Komunitas**

Pelaksanaan pelatihan kader dan edukasi lansia merupakan bagian inti dari program pemberdayaan komunitas yang dilakukan secara terintegrasi. Kegiatan ini melibatkan 12 kader Posyandu, 50 lansia, serta 20 pendamping lansia (keluarga) yang berperan dalam mendukung keberlanjutan perawatan di rumah. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk edukasi kelompok, pelatihan keterampilan, serta praktik langsung yang difasilitasi oleh tim pengabdian dengan latar belakang multidisiplin.

Narasumber dalam kegiatan ini terdiri dari tenaga medis sesuai bidang keahlian, yaitu Dr.dr.Ibrahim Njoto, M.Hum., M.Ked., PA., PAK(K) yang menyampaikan materi terkait pengendalian diet karbohidrat dan peran nutrisi dalam pengelolaan osteoarthritis, dr. Roethmia Yaniari, Sp.PD., FINASIM yang memberikan edukasi mengenai konsep dasar osteoarthritis, faktor risiko, serta penatalaksanaan komprehensif, dr. Jeffry Andrianus, Sp.OT(K) yang menjelaskan indikasi, prosedur, dan manfaat injeksi intraartikuler, serta dr. Donny Gunawan, Sp.KFR yang memberikan pelatihan mengenai fisioterapi osteoarthritis, termasuk senam sendi dan terapi fisik sederhana yang dapat dilakukan di rumah.

Materi yang diberikan kepada kader dan peserta tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif, meliputi teknik monitoring nyeri sendi, pelaksanaan senam osteoarthritis secara mandiri, penggunaan terapi infra merah sederhana, pemeriksaan gula darah sewaktu, serta pemantauan kepatuhan konsumsi suplemen sendi. Pendekatan ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan kader dalam melakukan pendampingan dan monitoring secara berkelanjutan di tingkat komunitas, sekaligus meningkatkan pemahaman lansia dan keluarga dalam pengelolaan penyakit secara mandiri.

Pelatihan kader melalui ceramah interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung menunjukkan peningkatan rerata nilai pengetahuan pada seluruh aspek yang dilatihkan, meliputi pemahaman osteoarthritis, teknik monitoring nyeri, pelaksanaan

senam sendi, penggunaan terapi infra merah sederhana, serta pemeriksaan gula darah sewaktu (Afiatna et al., 2023).

Tabel 3. Perubahan Nilai Pengetahuan Kader Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Parameter	Rerata pre-test	Rerata post-test
Pengetahuan osteoarthritis	62	86
Teknik monitoring nyeri	58	84
Senam & terapi sederhana	60	88

Peningkatan pada Tabel 3 menunjukkan bahwa transfer kompetensi berbasis praktik langsung efektif dalam memperkuat kemampuan kader melakukan deteksi dini dan pemantauan rutin penyakit kronis di komunitas. Hal ini menegaskan bahwa keberhasilan pengelolaan osteoarthritis tidak hanya bergantung pada intervensi kuratif di fasilitas kesehatan, tetapi juga pada kapasitas pemantauan berkelanjutan di tingkat Masyarakat (Indrayani et al., 2025).



Gambar 2. Kegiatan Pelatihan Kader Mengenai Teknik Monitoring Nyeri Sendi, Penggunaan Alat Terapi Infra Merah Sederhana, Serta Praktik Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu.

Gambar 2 memperlihatkan kegiatan pelatihan kader Posyandu yang dilakukan melalui metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung. Materi yang diberikan meliputi pemahaman osteoarthritis, teknik monitoring nyeri, penggunaan terapi infra merah, serta pemeriksaan gula darah sewaktu. Kader diberikan kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan secara langsung guna meningkatkan pemahaman aplikatif. Pendekatan ini bertujuan memperkuat kapasitas kader dalam melakukan pendampingan kesehatan di tingkat komunitas. Kegiatan pelatihan ini menjadi dasar dalam keberlanjutan program monitoring berbasis masyarakat.

### **Dampak Terapi Terpadu terhadap Nyeri dan Aktivitas Lansia**

Pemantauan berkala menunjukkan adanya penurunan keluhan nyeri lutut serta peningkatan kenyamanan aktivitas harian pada lansia yang menjalani injeksi intraartikuler dan pendampingan komunitas. Selain itu, partisipasi dalam senam osteoarthritis serta kepatuhan konsumsi suplemen sendi juga meningkat selama periode monitoring.

Tabel 4. Perubahan Kondisi Lansia Pasca Pendampingan

Indikator	Sebelum Program	Setelah Monitoring
Nyeri lutut sedang–berat	Mayoritas peserta	Menurun
Partisipasi senam rutin	Rendah	Meningkat
Kepatuhan suplemen sendi	Tidak teratur	Lebih teratur

Interpretasi Tabel 4 menunjukkan adanya efek sinergis antara terapi medis dan rehabilitasi komunitas. Injeksi intraartikuler berperan menurunkan inflamasi dan nyeri, sementara senam sendi, kepatuhan suplemen, dan monitoring kader mempertahankan perbaikan fungsi sendi dalam jangka lebih panjang (Brumini et al., 2026).



Gambar 3. Pelaksanaan injeksi intraartikuler sendi yang dilakukan oleh Dokter Spesialis Ortopaedi di Rumah Sakit Husada Utama Surabaya.

Gambar 3 menunjukkan pelaksanaan tindakan injeksi intraartikuler yang dilakukan oleh dokter spesialis sebagai bagian dari intervensi klinis pada pasien dengan indikasi. Prosedur dilakukan sesuai standar medis untuk mengurangi nyeri dan memperbaiki fungsi sendi pada lansia dengan osteoarthritis. Tindakan ini merupakan bagian dari pendekatan terpadu yang dikombinasikan dengan edukasi dan rehabilitasi. Pelaksanaan injeksi dilakukan setelah melalui proses skrining dan seleksi pasien yang tepat. Intervensi ini diharapkan memberikan efek perbaikan gejala secara optimal sebagai dasar keberlanjutan terapi.

### Monitoring Komunitas Pasca Injeksi

Monitoring komunitas pasca injeksi intraartikuler dilaksanakan melalui pendampingan berkelanjutan oleh 12 kader Posyandu terhadap 14 lansia yang menjalani injeksi serta lansia lainnya yang mendapatkan terapi konservatif. Kegiatan monitoring dilakukan secara berkala melalui kunjungan langsung ke rumah lansia maupun saat kegiatan Posyandu, dengan frekuensi pemantauan yang disesuaikan dengan kondisi pasien,

yaitu rata-rata 1–2 kali per minggu pada fase awal pasca tindakan, kemudian dilanjutkan secara periodik setiap bulan.

Pemantauan yang dilakukan meliputi beberapa indikator utama, yaitu tingkat nyeri sendi, aktivitas fungsional harian, kepatuhan konsumsi suplemen sendi, partisipasi dalam senam osteoartritis, serta pemeriksaan gula darah sewaktu pada lansia dengan faktor risiko metabolik. Kader menggunakan format pencatatan sederhana yang telah distandarisasi selama pelatihan untuk mendokumentasikan perkembangan kondisi lansia. Selain itu, kader juga memberikan edukasi berkelanjutan kepada lansia dan pendamping terkait pentingnya aktivitas fisik, pengaturan diet, serta kepatuhan terhadap terapi.

Pendampingan berkelanjutan ini memungkinkan pemantauan kondisi lansia dilakukan secara lebih dekat dan kontinu, sehingga perubahan gejala dapat segera terdeteksi dan ditindaklanjuti. Model ini mampu menutup kesenjangan layanan pasca tindakan medis, terutama pada lansia yang memiliki keterbatasan akses kontrol rutin akibat faktor mobilitas, ekonomi, maupun dukungan keluarga (Waryati & Andika, 2023). Selain itu, keterlibatan 20 pendamping lansia (keluarga) turut memperkuat keberlanjutan monitoring di tingkat rumah tangga, khususnya dalam memastikan kepatuhan terapi dan pelaksanaan latihan mandiri.

Hasil monitoring menunjukkan bahwa lansia yang mendapatkan pendampingan secara aktif cenderung mengalami penurunan keluhan nyeri, peningkatan aktivitas fungsional, serta kepatuhan terapi yang lebih baik dibandingkan sebelum dilakukan pendampingan. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan monitoring berbasis komunitas melalui pemberdayaan kader memiliki peran penting dalam mempertahankan hasil terapi jangka panjang.



Gambar 4. Kegiatan Pendampingan dan Monitoring Kondisi Lansia Pasca Injeksi Intraartikuler Oleh Kader di Lingkungan Posyandu.

Gambar 4 menggambarkan kegiatan pendampingan dan monitoring lansia oleh kader Posyandu di lingkungan masyarakat sebagai bagian dari tindak lanjut pasca injeksi intraartikuler. Kegiatan meliputi pemantauan keluhan nyeri, aktivitas harian, kepatuhan konsumsi suplemen, serta partisipasi dalam senam osteoartritis.

Pendampingan dilakukan secara berkala melalui kunjungan rumah dan kegiatan Posyandu untuk memastikan keberlanjutan hasil terapi. Kader berperan sebagai penghubung antara tenaga kesehatan dan masyarakat dalam menjaga stabilitas kondisi lansia. Kegiatan ini menjadi inti dari model pemberdayaan komunitas dalam pengelolaan osteoarthritis secara berkelanjutan.

### **Implikasi Konseptual dan Praktis**

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa model pemberdayaan kader berbasis monitoring komprehensif pasca injeksi mampu:

1. Meningkatkan kapasitas pengetahuan dan keterampilan kader dalam pengelolaan osteoarthritis komunitas.
2. Memperkuat keberlanjutan pemantauan kondisi lansia secara terstruktur di tingkat Posyandu.
3. Memberikan perbaikan subjektif terhadap nyeri lutut, aktivitas harian, serta kepatuhan terapi pendukung.

Temuan ini memperkuat paradigma bahwa pengelolaan osteoarthritis pada lansia memerlukan pendekatan biopsikososial berbasis komunitas, bukan semata tindakan klinis. Integrasi tenaga kesehatan, kader, serta sistem rujukan pelayanan menciptakan kesinambungan layanan dari komunitas hingga fasilitas kesehatan lanjutan.

Secara praktis, pemberdayaan kader Posyandu berpotensi menjadi model replikatif dalam pengelolaan penyakit degeneratif kronis di masyarakat. Namun keberlanjutan program tetap memerlukan pelatihan berkala, supervisi tenaga kesehatan, serta dukungan sistem pembiayaan dan rujukan. Dengan demikian, keberhasilan terapi osteoarthritis tidak hanya ditentukan oleh efektivitas tindakan intraartikuler, tetapi juga oleh sistem pendampingan komunitas yang terstruktur, berkelanjutan, dan berbasis pemberdayaan kader sebagai kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas hidup lansia di Masyarakat (Birman et al., 2022).

### **4. Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader Posyandu dalam pendampingan dan monitoring komprehensif lansia dengan osteoarthritis pasca injeksi intraartikuler dapat meningkatkan kapasitas pengetahuan dan keterampilan kader, memperkuat keberlanjutan pemantauan kondisi kesehatan lansia, serta memberikan perbaikan subjektif terhadap nyeri dan kenyamanan aktivitas harian. Hal ini didukung oleh hasil kuantitatif, dimana dari 50 lansia yang mengikuti skrining awal, sebanyak 14 orang (28%) memenuhi indikasi dan menjalani terapi injeksi intraartikuler dengan pendampingan berbasis kader.

Peningkatan kapasitas kader juga terlihat dari kenaikan rerata nilai pengetahuan dan keterampilan, yaitu pada aspek pemahaman osteoarthritis meningkat dari 62 menjadi 86 ( $\pm 38,7\%$ ), kemampuan monitoring nyeri meningkat dari 58 menjadi 84 ( $\pm 44,8\%$ ), serta keterampilan senam dan terapi sederhana meningkat dari 60 menjadi 88 ( $\pm 46,7\%$ ). Selain itu, hasil monitoring menunjukkan adanya penurunan keluhan nyeri lutut kategori sedang–berat, peningkatan partisipasi senam osteoarthritis, serta

perbaiki kepatuhan konsumsi suplemen sendi selama periode pendampingan. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi antara tindakan medis, edukasi kesehatan, rehabilitasi sederhana, dan monitoring berbasis komunitas terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam mendukung pengelolaan osteoarthritis secara berkelanjutan di tingkat masyarakat, sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya kombinasi intervensi klinis dan komunitas dalam meningkatkan luaran pasien (Aree-Ue et al., 2022; Brumini et al., 2026).

Hasil ini memberikan wawasan bahwa keberhasilan terapi osteoarthritis tidak hanya ditentukan oleh intervensi klinis, tetapi juga oleh keterlibatan aktif kader sebagai pendamping kesehatan di komunitas. Model pendampingan berbasis Posyandu yang terstruktur dan komprehensif, yang dalam kegiatan ini terbukti mampu meningkatkan kapasitas kader hingga lebih dari 38–46% serta mendukung perbaikan kondisi lansia secara fungsional, berpotensi direplikasi pada wilayah lain sebagai strategi peningkatan kualitas hidup lansia dengan penyakit degeneratif sendi.

Namun demikian, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain belum digunakannya instrumen pengukuran kuantitatif yang terstandar secara longitudinal seperti skala nyeri numerik atau skor fungsi sendi yang direkomendasikan dalam evaluasi osteoarthritis (Kolasinski et al., 2020), jumlah sampel yang terbatas pada satu wilayah sehingga membatasi generalisasi hasil (Kim et al., 2016), belum dilakukannya analisis statistik inferensial, serta durasi monitoring yang relatif singkat untuk menilai keberlanjutan efek jangka panjang (Veronica et al., 2024).

Keterbatasan tersebut menjadi peluang pengembangan pada kegiatan pengabdian maupun penelitian selanjutnya, khususnya dalam penggunaan instrumen evaluasi yang lebih objektif, perluasan cakupan populasi, serta pengembangan sistem monitoring berbasis komunitas yang lebih terstandar dan berkelanjutan. Dengan demikian, model pemberdayaan kader Posyandu ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan layanan saat ini, tetapi juga memiliki potensi sebagai inovasi pengelolaan penyakit degeneratif berbasis komunitas di masa mendatang.

### **Ucapan Terimakasih**

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat serta penyusunan naskah ini. Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada para kader dan lansia peserta kegiatan di Posyandu Larasati atas partisipasi aktif dan kerja sama selama program berlangsung. Penghargaan juga diberikan kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi melalui pendanaan Hibah BIMA, serta dukungan dana hibah internal dari Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang memungkinkan kegiatan ini terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih turut disampaikan kepada Puskesmas Dukuh Kupang sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan di wilayah kerjanya serta memfasilitasi kemudahan proses rujukan pelayanan kesehatan lanjutan ke Rumah Sakit Husada Utama. Apresiasi juga diberikan kepada dukungan program BPJS Kesehatan yang telah membantu pembiayaan pemeriksaan laboratorium HbA1c,

pemeriksaan radiografi, serta jasa konsultasi dengan dokter spesialis penyakit dalam sehingga rangkaian pelayanan bagi lansia dapat terlaksana secara optimal. Semoga hasil kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat bagi pengembangan pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas serta menjadi referensi bagi pelaksanaan program serupa di masa mendatang.

## Referensi

- Afiatna, P., Maryanto, S., & Setyoningrum, U. (2023). Pelatihan Kader dengan Metode Ceramah, Demonstrasi dan Simulasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Wilayah RW V Kelurahan Pundakpayung, Banyumanik Semarang. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 5, 188–194. <https://doi.org/10.35473/ijce.v5i2.2693>
- Al Farezi, M. S., Sari, S. P., Azmi, Z., Mulyani, A. P., Sari, N., Widayati, S., & Hidayat, T. R. (2025). Edukasi Kesehatan Pencegahan Sakit Lutut Akibat Osteoarthritis Bagi Lansia di Posyandu Mentari Senja, Desa Sungai Selodang. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 418–423. <https://doi.org/10.54951/comsep.v6i3.1115>
- Aree-Ue, S., Roopsawang, I., Saraboon, Y., Youngcharoen, P., Belza, B., & Kawinwonggowit, V. (2022). A comprehensive health education plus monitoring support program for older adults with knee osteoarthritis coexisting with overweight and type 2 diabetes. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(4), 512–520. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.08.002>
- Birman, Y., Siana, Y., Jelmila, S. N., Dika, R., & Hikmah, J. (2022). Sosialisasi Cuci Tangan Guna Mencegah Penyebaran Covid-19 Di Puskesmas Air Tawar Kota Padang. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 2(1), 31–37. <https://doi.org/10.36984/jam.v2i1.283>
- Brumini, C., Natour, J., Adolph, S. M. M., Furtado, R. N. V., & Jones, A. (2026). Exercises plus intra-articular injection for knee osteoarthritis: a systematic review with meta-analysis. *Advances in Rheumatology*, 66(1). <https://doi.org/10.1186/s42358-025-00458-3>
- Fadillah, A., Sri Sunaringsih Ika Wardojo, & Eleonora Elsa Sucahyo. (2025). Penyuluhan Fisioterapi pada Komunitas Lansia tentang Osteoarthritis Lutut di Posyandu Cantewa, Mojolangu, Kota Malang. *Health Care : Journal of Community Service*, 3(3), 677–680. <https://doi.org/10.62354/healthcare.v3i3.139>
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). Edukasi Perilaku PHBS melalui Cuci Tangan dengan Memakai Sabun sebagai Tindakan Pencegahan Transmisi Penyakit. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(2), 241-248. <https://doi.org/10.37287/jpm.v5i2.1671>
- Indrayani, S., Pebriani, R., & Susianty, N. (2025). Optimalisasi peran kader posyandu dalam mendeteksi dan memplotting kasus kurang gizi pada balita 1,2,3. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(6), 6346–6350. <https://doi.org/10.31004/cdj.v6i6.54099>
- Istiqomah, I., Iswantingsih, E., & Yunitasari, P. (2025). Penguatan Kapasitas Posyandu Lansia Melalui Promosi Kesehatan Pemberdayaan Masyarakat Dalam Upaya Pengendalian Penyakit Degeneratif. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 7(4), 15–20. <https://doi.org/10.37287/jpm.v7i1.5198>

- Kim, K., Choi, J. S., Choi, E., Nieman, C. L., Joo, J. H., Lin, F. R., Gitlin, L. N., & Han, H. R. (2016). Effects of community-based health worker interventions to improve chronic disease management and care among vulnerable populations: A systematic review. *American Journal of Public Health, 106*(4), e3–e28. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2015.302987>
- Kolasinski, S. L., Neogi, T., Hochberg, M. C., Oatis, C., Guyatt, G., Block, J., Callahan, L., Copenhaver, C., Dodge, C., Felson, D., Gellar, K., Harvey, W. F., Hawker, G., Herzig, E., Kwoh, C. K., Nelson, A. E., Samuels, J., Scanzello, C., White, D., ... Reston, J. (2020). 2019 American College of Rheumatology/Arthritis Foundation Guideline for the Management of Osteoarthritis of the Hand, Hip, and Knee. *Arthritis and Rheumatology, 72*(2), 220–233. <https://doi.org/10.1002/art.41142>
- Kurniawan, K. A., Efendi, A., & Halimah, N. (2024). Evaluasi Cakupan Jaminan Kesehatan Nasional Pada Pasien Osteoarthritis Dan Low Back Pain Di Rumah Sakit Jajaran Kesehatan Angkatan Darat Tahun 2024. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8*(3), 7101–7108. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.37862>
- Miller, L. E., & Block, J. E. (2013). US-approved intra-articular hyaluronic acid injections are safe and effective in patients with knee osteoarthritis: Systematic review and meta-analysis of randomized, saline-controlled trials. *Clinical Medicine Insights: Arthritis and Musculoskeletal Disorders, 6*, 57–63. <https://doi.org/10.4137/CMAMD.S12743>
- Njoto, I., Lewi, A., Agnes, A., Aryanti, N., & Khamidah, N. (2023). Pembentukan “Pondok Osteoarthritis” sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Nyeri Sendi di Posyandu Larasati Dukuh Kupang, Surabaya. *Jurnal Pengabdian Kedokteran Indonesia, 4*(1), 13–21. <https://doi.org/10.33096/jpki.v4i1.231>
- Pertiwi, N. F. A., Maryanah, M., & Yantina, D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kader Tentang Remaja Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia, 03*(01), 118–121. <https://doi.org/10.59946/jpmfki.2024.327>
- Steinmetz, J. D., Culbreth, G. T., Haile, L. M., Rafferty, Q., Lo, J., Fukutaki, K. G., Cruz, J. A., Smith, A. E., Vollset, S. E., Brooks, P. M., Cross, M., Woolf, A. D., Hagins, H., Abbasi-Kangevari, M., Abedi, A., Ackerman, I. N., Amu, H., Antony, B., Arabloo, J., ... Kopec, J. A. (2023). Global, regional, and national burden of osteoarthritis, 1990-2020 and projections to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology, 5*(9), e508–e522. [https://doi.org/10.1016/S2665-9913\(23\)00163-7](https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00163-7)
- Veronica, M. N., Hasmita, Dewi, S., & Armaita. (2024). Terapi Gerak Aktif Pada Lansia Dengan Osteoarthritis. *Jurnal Keperawatan Medika, 3*(1), 86–94. <https://doi.org/10.24036/jkem.v3i1.219>
- Waryati, S. Y., & Andika. (2023). Optimisasi Pemeriksaan Kesehatan Lansia: Pendampingan Terintegrasi Di “Posyandu Lansia Nusa Indah.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan: Selaparang, 7*(4), 2431–2436.