

PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU MELALUI MODEL THREE LEVEL MARKETING MENUJU LANSIA SEHAT DAN MANDIRI

Oleh: Rachmah Laksmi Ambardini, Wara Kushartanti, Rita Eka Izzaty, Tutiek Rahayu

ABSTRAK

- lansia yang menderita penyakit degeneratif cukup tinggi dengan tingkat kemandirian rendah. Kader posyandu lansia merupakan lini depan dalam penerapan hidup sehat di masyarakat. **PPM ini bertujuan** untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia dalam menerapkan pola hidup sehat untuk mewujudkan lansia sehat dan mandiri. Kegiatan PPM ini menggunakan model "*Three Level Marketing*" yaitu tim pengabdian menyampaikan materi kepada kader posyandu lansia, selanjutnya para kader menyebarkan pengetahuan dan keterampilan dalam penerapan pola hidup sehat pada lansia di lingkungannya sehingga diharapkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan pola hidup sehat semua lansia di wilayah tersebut meningkat. **Khalayak sasaran PPM** adalah kader posyandu lansia di wilayah Padukuhan Karangmalang, Caturtunggal, Depok, Sleman berjumlah 32 orang. **Materi PPM** adalah penerapan pola hidup sehat meliputi "Cerdik" (cek kesehatan berkala, enyahkan asap rokok, rajin berolahraga, istirahat cukup, diet gizi seimbang, dan kelola stres). **Evaluasi kegiatan** dilakukan dengan kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam menerapkan pola hidup sehat dan kuesioner kepuasan pelanggan. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik. **Hasil kegiatan PPM** dari aspek proses dinilai berhasil. Hal ini dilihat dari kehadiran semua kader lansia sejumlah 32 orang dan semua kader berpartisipasi aktif selama kegiatan PPM. Dari aspek produk, yang meliputi pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat, menunjukkan peningkatan. Setelah pelatihan, semua unsur yang dinilai mengalami peningkatan. Total peningkatan sebesar 8,53%, yaitu dari 84,9% menjadi 93,43%. Unsur pengetahuan mengalami peningkatan yang paling tinggi (12,21%), diikuti unsur sikap (8,1%) dan perilaku (4,32%). Secara umum, hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini peserta menyatakan bahwa pelatihan sangat bermanfaat, khususnya dalam meningkatkan pemahaman tentang pola hidup sehat bagi lansia.

Kata Kunci: *kader posyandu, lansia, pola hidup sehat, three level marketing*