JURNAL ALTIFANI
Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

Implementasi Media Edukasi Booklet untuk Meningkatkan Peran Kader Sebagai Caregiver dalam Manajemen Nyeri Lansia di Posyandu Sehat Bahagia

Implementation of Booklet Educational Media to Enhance the Role of Cadres as Caregivers in Elderly Pain Management at Sehat Bahagia Posyandu

Ikit Netra Wirakhmi*[1], Ema Wahyu Ningrum[2]
[1,2]Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa
*e-mail: ikitnetrawirakhmi@uhb.ac.id[1], ema@uhb.ac.id[2]

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
20.09.2026	02.11.2026	09.11.2026	10.11.2026

Abstract: *Pain is a common health problem among older adults and may reduce mobility, independence, and quality of life. Limited capacity among health cadres to provide education on non-pharmacological pain management highlights the need for practical and accessible educational media. This community service activity aimed to improve cadres' readiness as caregivers in assisting older adults with pain complaints through the use of an educational booklet. The activity was conducted at Sehat Bahagia Integrated Health Post, Sumampir Village, on July 17, 2026, involving eight health cadres. The activities included socialization, booklet development, health education, hands-on practice of non-pharmacological pain management techniques, and pretest-posttest evaluation. The materials covered pain recognition, warm compresses, deep-breathing relaxation, light massage, distraction, pain monitoring, and warning signs requiring referral. The mean cadre readiness score increased from 58.6 to 65.2, representing an improvement of 6.6 points (11.3%). The booklet combined with hands-on practice can serve as an applicable empowerment strategy to support cadres in assisting older adults with pain management.*
Keywords*: booklet; caregiver; pain management*

Abstrak: Nyeri merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami lansia dan dapat menurunkan mobilitas, kemandirian, serta kualitas hidup. Keterbatasan kader dalam memberikan edukasi manajemen nyeri nonfarmakologis menjadi dasar perlunya media edukasi yang praktis dan mudah digunakan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan kesiapan kader sebagai caregiver dalam mendampingi lansia dengan keluhan nyeri melalui media booklet. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Sehat Bahagia, Kelurahan Sumampir, pada 17 Juli 2026 dengan melibatkan delapan kader. Metode kegiatan meliputi sosialisasi, penyusunan booklet, edukasi, praktik teknik manajemen nyeri nonfarmakologis, serta evaluasi melalui pretest dan posttest. Materi mencakup pengenalan nyeri, kompres hangat, relaksasi napas dalam, pijat ringan, distraksi, pemantauan nyeri, dan tanda bahaya. Rata-rata kesiapan kader meningkat dari 58,6 menjadi 65,2, atau sebesar 6,6 poin (11,3%). Booklet yang dipadukan dengan praktik dapat menjadi media pemberdayaan kader yang aplikatif dalam mendukung pendampingan nyeri lansia.
Kata kunci: booklet; caregiver; manajemen nyeri

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan nasional saat ini menitikberatkan pada penguatan upaya promotif dan preventif melalui pemberdayaan masyarakat. Kader kesehatan memiliki peran strategis sebagai *caregiver* yang melakukan pendampingan pada seorang atau kelompok yang tidak mampu merawat dirinya sendiri, baik sebagian atau seluruhnya karena mengalami keterbatasan fisik dan atau mental (Sesanelvira et al., 2025). Di tengah fenomena aging population, peran kader menjadi krusial, khususnya dalam mendampingi lansia yang mengalami berbagai penurunan fungsi fisiologis akibat proses penuaan. Penurunan fungsi ini seringkali bermanifestasi dalam bentuk nyeri kronis, terutama pada sistem muskuloskeletal, yang jika tidak dikelola dengan tepat akan menurunkan kualitas hidup dan kemandirian lansia (Salsabilah, 2024).

Kelurahan Sumampir, Kecamatan Purwokerto Utara, merupakan wilayah dengan populasi lansia yang cukup signifikan. Mitra pengabdian ini adalah kader kesehatan di RW 2 Kelurahan Sumampir yang selama ini aktif mengelola Posyandu Lansia. Berdasarkan pengamatan dan diskusi

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

awal, ditemukan bahwa kader sering menjadi tempat mengadu bagi lansia yang mengeluhkan nyeri sendi, punggung, dan kekakuan gerak. Namun, peran kader masih terbatas pada fungsi administratif seperti penimbangan dan pencatatan, belum optimal dalam menjalankan peran sebagai caregiver yang mampu memberikan edukasi manajemen nyeri mandiri kepada lansia dan keluarganya (Asmarah & Rodiyah, 2025).

Masalah utama yang ditemukan di lapangan adalah ketergantungan lansia yang tinggi terhadap obat-obatan analgetik (farmakologi). Padahal, penggunaan obat jangka panjang pada lansia berisiko tinggi menimbulkan efek samping sistemik karena penurunan fungsi organ filtrasi seperti ginjal dan hati (Wang et al., 2025). Terapi non-farmakologis seperti teknik relaksasi, kompres hangat, dan latihan gerak sendi efektif sebagai pendamping atau alternative (Erwin Kurniasih et al., 2021). Namun, kader belum memiliki rasa percaya diri dan instrumen yang memadai untuk mengedukasi teknik-teknik tersebut secara sistematis.

Kelemahan krusial lainnya adalah ketiadaan media edukasi yang dapat dijadikan rujukan tetap oleh kader. Selama ini, informasi disampaikan secara lisan (oral tradition), yang mengakibatkan risiko distorsi informasi atau lupa setelah kegiatan posyandu berakhir. Kader membutuhkan instrumen visual yang ringkas namun komprehensif untuk memperkuat peran mereka sebagai *caregiver* salah satunya menggunakan booklet (Kustanti & Widyarani, 2022). Media booklet menjadi solusi strategis karena memiliki keunggulan dalam menggabungkan ilustrasi visual dengan instruksi teks yang dapat dipelajari berulang kali, baik oleh kader maupun dibagikan kepada keluarga lansia sebagai panduan manajemen nyeri di rumah.

Melalui implementasi media edukasi booklet ini, diharapkan terjadi transformasi peran kader: tidak hanya sebagai pencatat kesehatan, tetapi menjadi *caregiver* yang kompeten dalam memberikan edukasi manajemen nyeri non-farmakologis. Langkah ini merupakan upaya nyata dalam membangun kemandirian keluarga dan meningkatkan derajat kesehatan lansia secara holistik di Kelurahan Sumampir.

2. METODE

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan judul "Implementasi Media Edukasi Booklet untuk Meningkatkan Peran Kader sebagai Caregiver dalam Manajemen Nyeri Lansia di Kelurahan Sumampir" dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif dengan melibatkan kader secara aktif dalam seluruh tahapan kegiatan. Pendekatan partisipatif digunakan untuk menyesuaikan kegiatan dengan kebutuhan dan kondisi kader serta karakteristik lansia di wilayah sasaran, sedangkan pendekatan edukatif dilakukan melalui pemberian informasi, pelatihan, demonstrasi, praktik, dan evaluasi.

Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang meliputi (1) sosialisasi dan koordinasi, (2) identifikasi kebutuhan dan persiapan kegiatan, (3) penyusunan dan pengembangan media edukasi booklet, (4) pelatihan kader, (5) praktik keterampilan manajemen nyeri nonfarmakologis, serta (6) evaluasi dan tindak lanjut. Rangkaian tahapan tersebut dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, kesiapan, dan kemampuan kader dalam menjalankan peran sebagai caregiver bagi lansia dengan keluhan nyeri.

1. Sosialisasi

Tahap sosialisasi dilaksanakan pada minggu pertama bulan Juni 2026. Kegiatan diawali dengan survei lapangan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi wilayah sasaran, karakteristik kader, kegiatan pelayanan kesehatan yang telah berjalan, serta kebutuhan kader dalam mendampingi lansia, khususnya dalam penanganan nyeri. Survei dilakukan melalui observasi lapangan dan komunikasi dengan pihak terkait.

Pada tahap ini juga dilakukan pengurusan perizinan dan koordinasi dengan pihak kelurahan serta pihak terkait lainnya untuk memperoleh dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan. Hasil survei dan koordinasi digunakan sebagai dasar dalam menentukan strategi pelaksanaan kegiatan agar sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mitra.

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

Koordinasi teknis dilaksanakan pada minggu kedua bulan Juni 2026, terutama dengan koordinator kader. Koordinasi bertujuan untuk menyepakati jadwal, tempat, peserta, mekanisme pelaksanaan, kebutuhan sarana dan prasarana, serta pembagian peran selama kegiatan. Selain itu, koordinasi dilakukan untuk mengidentifikasi potensi kendala yang dapat muncul selama pelaksanaan kegiatan sehingga dapat disiapkan langkah antisipasinya. Berdasarkan hasil survei dan koordinasi, tim melakukan identifikasi kebutuhan kader terkait pengetahuan dan keterampilan dalam manajemen nyeri lansia. Identifikasi tersebut menjadi dasar dalam menentukan materi edukasi dan bentuk pelatihan yang diberikan.

Persiapan kegiatan meliputi penyusunan materi mengenai konsep dasar nyeri pada lansia, faktor yang memengaruhi nyeri, prinsip pengkajian nyeri sederhana, peran kader sebagai *caregiver*, serta pendekatan manajemen nyeri nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara aman oleh kader sesuai dengan kompetensinya.

Selain materi edukasi, tim mempersiapkan media dan instrumen yang digunakan dalam kegiatan, meliputi booklet edukasi, kuesioner penilaian pengetahuan, kuesioner penilaian kesiapan/peran kader sebagai *caregiver*, serta peralatan yang diperlukan untuk demonstrasi dan praktik teknik manajemen nyeri nonfarmakologis.

2. Penyusunan materi pelatihan

Penyusunan booklet dilaksanakan pada minggu keempat bulan Juni 2026. Booklet dikembangkan sebagai media edukasi yang dapat digunakan kader selama pelatihan maupun sebagai bahan rujukan ketika melakukan pendampingan kepada lansia.

Materi booklet disusun secara sistematis, ringkas, komunikatif, dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh kader. Materi mencakup pengenalan nyeri pada lansia, tanda dan gejala yang perlu diperhatikan, prinsip peran kader sebagai *caregiver*, langkah sederhana dalam membantu lansia menghadapi nyeri, serta teknik manajemen nyeri nonfarmakologis yang dapat dilakukan oleh kader, antara lain kompres hangat, teknik napas dalam, distraksi, dan pijat ringan.

Tahapan pengembangan booklet meliputi:

a. Identifikasi kebutuhan materi berdasarkan hasil survei lapangan;
b. Penyusunan materi edukasi;
c. Penyusunan desain dan tata letak booklet;
d. Penelaahan isi dan kesesuaian materi;
e. Perbaikan booklet berdasarkan hasil penelaahan; dan
f. Pencetakan booklet untuk digunakan dalam kegiatan pelatihan.

Booklet selanjutnya diberikan kepada kader sebagai media pembelajaran dan panduan praktis yang dapat digunakan kembali setelah kegiatan PkM selesai.

3. Pelatihan

Pelatihan kader dilaksanakan pada Jumat, 17 Juli 2026. Pelatihan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, dan praktik langsung. Metode tersebut dipilih agar peningkatan kapasitas kader tidak hanya berorientasi pada pengetahuan, tetapi juga pada keterampilan praktis yang diperlukan dalam menjalankan peran sebagai *caregiver*.

Pelaksanaan pelatihan terdiri atas beberapa tahap sebagai berikut.

a. Pre-test

Sebelum pemberian materi, peserta diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal kader mengenai nyeri pada lansia, peran kader sebagai *caregiver*, dan manajemen nyeri nonfarmakologis. Selain penilaian pengetahuan, dilakukan pengukuran awal terhadap kesiapan kader dalam menjalankan peran sebagai *caregiver* menggunakan kuesioner yang telah dipersiapkan oleh tim.

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

b. Pemberian materi edukasi

Materi diberikan secara interaktif dengan memanfaatkan booklet sebagai media utama. Materi meliputi:

1. konsep dasar nyeri pada lansia;
2. karakteristik dan faktor yang dapat memengaruhi nyeri pada lansia;
3. prinsip pengenalan dan pemantauan keluhan nyeri;
4. peran kader sebagai *caregiver* dalam mendampingi lansia;
5. prinsip manajemen nyeri nonfarmakologis;
6. teknik kompres hangat;
7. teknik relaksasi dan napas dalam;
8. teknik distraksi; dan
9. teknik pijat ringan yang sesuai untuk dilakukan oleh kader.

Penyampaian materi dilakukan dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berdiskusi, dan menyampaikan pengalaman yang selama ini ditemui ketika mendampingi lansia.

c. Demonstrasi dan praktik keterampilan

Setelah pemberian materi, peserta mengikuti demonstrasi teknik manajemen nyeri nonfarmakologis oleh tim pelaksana. Demonstrasi dilakukan secara bertahap dengan menjelaskan tujuan, indikasi, prosedur, hal-hal yang perlu diperhatikan, serta aspek keamanan dalam melakukan setiap teknik. Selanjutnya, kader melakukan praktik secara langsung dengan pendampingan tim pelaksana. Teknik yang dipraktikkan meliputi kompres hangat, napas dalam/relaksasi, distraksi, dan pijat ringan. Pada tahap ini, tim memberikan koreksi dan umpan balik terhadap teknik yang dilakukan kader untuk memastikan bahwa keterampilan dapat dilakukan dengan benar dan aman.

d. Diskusi dan penguatan peran kader

Setelah praktik, dilakukan diskusi untuk membahas pengalaman kader selama latihan, hambatan yang mungkin ditemui ketika menerapkan teknik pada lansia, serta batasan peran kader dalam manajemen nyeri. Penguatan diberikan agar kader memahami bahwa intervensi yang dilakukan merupakan bagian dari pendampingan dan manajemen nyeri nonfarmakologis sederhana serta tidak menggantikan pemeriksaan dan penatalaksanaan oleh tenaga kesehatan.

4. Evaluasi Hasil Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan dan perubahan kapasitas kader setelah mengikuti program. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran sebelum dan sesudah pelatihan (pre-test dan post-test).

Evaluasi meliputi:

1. Evaluasi pengetahuan, dilakukan dengan membandingkan skor pengetahuan kader sebelum dan setelah diberikan edukasi dan pelatihan.
2. Evaluasi kesiapan/peran kader sebagai *caregiver*, dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum dan setelah kegiatan.
3. Evaluasi keterampilan, dilakukan melalui observasi terhadap kemampuan kader dalam mempraktikkan teknik manajemen nyeri nonfarmakologis yang telah diajarkan.
4. Evaluasi proses, dilakukan melalui observasi terhadap keaktifan peserta, partisipasi dalam diskusi, keterlibatan selama praktik, dan kemampuan peserta mengikuti tahapan kegiatan.

Hasil pre-test dan post-test digunakan untuk menggambarkan perubahan pengetahuan dan kesiapan kader setelah memperoleh intervensi edukasi berbasis booklet dan pelatihan. Sementara itu, hasil observasi praktik digunakan untuk mengetahui ketercapaian kemampuan kader dalam menerapkan teknik manajemen nyeri nonfarmakologis.

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

5. Tindak Lanjut

Sebagai tahap akhir, booklet yang telah digunakan selama kegiatan diberikan kepada kader untuk digunakan sebagai panduan praktis dalam pendampingan lansia. Tim pelaksana juga memberikan penguatan agar kader dapat menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dalam kegiatan pendampingan lansia di wilayah Kelurahan Sumampir.

Tindak lanjut dilakukan melalui komunikasi dan koordinasi dengan koordinator kader untuk mengetahui penerapan materi dan keterampilan yang telah diberikan serta mengidentifikasi kendala yang dihadapi kader dalam pelaksanaannya. Apabila ditemukan kondisi nyeri lansia yang memerlukan pemeriksaan atau penanganan lebih lanjut, kader diarahkan untuk melakukan rujukan atau koordinasi dengan tenaga kesehatan sesuai dengan kewenangannya.

6. Indikator Keberhasilan

Keberhasilan program ditentukan berdasarkan beberapa indikator, yaitu:

1. terlaksananya seluruh tahapan kegiatan sesuai dengan rencana;
2. meningkatnya pengetahuan kader mengenai nyeri lansia dan manajemen nyeri nonfarmakologis berdasarkan perbandingan nilai pre-test dan post-test;
3. meningkatnya kesiapan kader dalam menjalankan peran sebagai *caregiver*;
4. meningkatnya kemampuan kader dalam mempraktikkan teknik manajemen nyeri nonfarmakologis;
5. tersedianya booklet sebagai media edukasi dan panduan kader; dan
6. meningkatnya kesiapan kader untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan dalam kegiatan pendampingan lansia di masyarakat.

Dengan tahapan tersebut, program PkM tidak hanya berorientasi pada pemberian informasi, tetapi diarahkan pada peningkatan kapasitas kader secara bertahap melalui edukasi, latihan keterampilan, evaluasi, dan tindak lanjut, sehingga booklet dapat berfungsi sebagai media edukasi sekaligus panduan yang mendukung keberlanjutan peran kader sebagai *caregiver* bagi lansia.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat mengenai implementasi media edukasi booklet untuk meningkatkan peran kader sebagai *caregiver* dalam manajemen nyeri lansia dilaksanakan pada Jumat, 17 Juli 2026 di Posyandu Sehat Bahagia dan diikuti oleh delapan orang kader. Kegiatan diawali dengan pengukuran awal (*pretest*) kesiapan kader sebagai *caregiver* menggunakan kuesioner tertutup yang terdiri atas 19 pertanyaan. Selanjutnya, kader memperoleh pendidikan kesehatan menggunakan media booklet yang memuat empat materi utama, yaitu mengenal nyeri pada lansia, panduan praktis manajemen nyeri nonfarmakologis, pemantauan nyeri, serta tanda bahaya yang memerlukan rujukan. Proses edukasi kemudian diperkuat melalui praktik langsung teknik manajemen nyeri nonfarmakologis, meliputi relaksasi napas dalam, kompres hangat, pijat ringan, dan distraksi. Pada akhir kegiatan, dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) untuk mengevaluasi perubahan kesiapan kader setelah mendapatkan intervensi.

Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan pemahaman bahwa nyeri pada lansia merupakan masalah kesehatan yang bersifat multidimensional dan tidak hanya berkaitan dengan adanya kerusakan jaringan. International Association for the Study of Pain (IASP) mendefinisikan nyeri sebagai pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan atau menyerupai pengalaman akibat kerusakan jaringan aktual maupun potensial. IASP juga menegaskan bahwa pengalaman nyeri dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial, sehingga respons setiap individu terhadap nyeri dapat berbeda meskipun memiliki kondisi penyakit yang serupa (Raja et al., 2020). Pemahaman tersebut penting dalam konteks perawatan lansia karena keluhan nyeri dapat memengaruhi mobilitas, aktivitas sehari-hari, tidur, suasana hati, interaksi sosial, dan kualitas hidup. Oleh karena itu, penanganan nyeri pada lansia memerlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada gejala fisik, tetapi juga mempertimbangkan kondisi fungsional dan psikososial lansia.

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

Tabel 1. Rata – Rata Nilai Hasil Pengukuran Kesiapan Kader Sebagai Caregiver Sebelum dan Setelah Edukasi

Hasil Pengukuran	Sebelum	Sesudah
Kesiapan Kader	58.6	65.2



Gambar 1. Pengisian Kuesioner Oleh Kader

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesiapan kader sebagai *caregiver* dalam mendukung manajemen nyeri lansia setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet yang disertai pelatihan praktik. Kegiatan ini dilaksanakan pada 17 Juli 2026 dengan melibatkan delapan kader sebagai peserta. Berdasarkan hasil evaluasi *pretest* dan *posttest*, rata-rata skor kesiapan kader meningkat dari 58,6 sebelum edukasi menjadi 65,2 setelah edukasi. Peningkatan sebesar 6,6 poin tersebut menunjukkan adanya perubahan kesiapan kader setelah mengikuti kegiatan edukasi. Namun, hasil ini perlu dipahami dalam konteks peserta kegiatan yang terbatas sehingga belum dapat digeneralisasikan sebagai gambaran seluruh kader kesehatan. Temuan ini hanya menunjukkan perubahan kesiapan pada kader yang mengikuti kegiatan pengabdian tersebut.

Berdasarkan hasil evaluasi pada Tabel 1, rata-rata skor kesiapan kader sebelum edukasi sebesar 58,6 dan meningkat menjadi 65,2 setelah diberikan edukasi. Peningkatan tersebut menunjukkan adanya selisih skor sebesar 6,6 poin. Persentase peningkatan dihitung menggunakan rumus:

$$\text{Persentase peningkatan} = \frac{(\text{Skor setelah edukasi} - \text{Skor sebelum edukasi}) \times 100\%}{\text{Skor sebelum edukasi}}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut, diperoleh peningkatan sebesar: $(65{,}2-58{,}6): 58{,}6 \times 100\% = 11{,}3\%$

Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi menggunakan booklet yang dikombinasikan dengan praktik memberikan perubahan positif terhadap kesiapan kader dalam menjalankan perannya sebagai pendamping lansia dengan keluhan nyeri. Peningkatan skor tersebut menggambarkan adanya perkembangan pemahaman dan kesiapan kader setelah memperoleh informasi yang lebih sistematis mengenai konsep nyeri, pengelolaan dasar nyeri, pemantauan kondisi lansia, serta tindakan yang dapat dilakukan sesuai batas kewenangan kader.

Peningkatan kesiapan kader dalam kegiatan ini didukung oleh penggunaan booklet sebagai media edukasi. Booklet memberikan informasi secara terstruktur sehingga kader dapat memahami materi secara lebih mudah dan memiliki sumber belajar yang dapat digunakan kembali setelah kegiatan selesai. Menurut (Khadijah, 2023), media booklet yang efektif perlu memiliki informasi yang dapat dipercaya, mudah dipahami, memiliki tampilan yang menarik, serta disesuaikan dengan karakteristik sasaran pengguna. Karakteristik tersebut mendukung proses penerimaan informasi karena peserta tidak hanya memperoleh penjelasan secara lisan, tetapi juga memiliki media pendukung untuk memperkuat pemahaman secara mandiri. Temuan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Maqfiro, 2022) yang menunjukkan bahwa penggunaan media booklet dalam edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan kader dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Media booklet membantu peserta memahami materi melalui penyajian informasi yang lebih ringkas, terarah, dan mudah dipelajari kembali. Dalam konteks

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

kegiatan ini, booklet tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai panduan praktis bagi kader dalam memahami langkah awal manajemen nyeri pada lansia.



Gambar 2. Pemberian Materi Menggunakan Media Booklet

Dalam kegiatan ini, kader diberikan pemahaman mengenai dukungan *nonfarmakologis* sederhana untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan akibat nyeri pada lansia. Namun, penerapan teknik tersebut tetap berada dalam batas peran kader sebagai pendamping kesehatan masyarakat, bukan sebagai pemberi tindakan medis. Teknik seperti pijat ringan dan kompres hangat hanya diperkenalkan sebagai bentuk dukungan dasar dengan prinsip kehati-hatian. Kader perlu memahami bahwa pijat ringan dilakukan dengan tekanan lembut pada area yang tidak mengalami cedera, peradangan akut, luka terbuka, atau kondisi lain yang memerlukan pemeriksaan tenaga kesehatan. Sementara itu, kompres hangat perlu memperhatikan suhu yang aman, durasi pemberian, serta kondisi lansia, terutama pada lansia dengan gangguan sensasi kulit atau gangguan sirkulasi. Apabila ditemukan nyeri berat, nyeri yang menetap, tanda peradangan, cedera, atau kondisi yang memburuk, kader perlu melakukan rujukan kepada tenaga kesehatan. Penegasan batas kompetensi ini penting agar peningkatan peran kader tetap berjalan secara aman dan sesuai kewenangan.

Efektivitas penggunaan booklet juga dipengaruhi oleh kombinasi metode edukasi dengan praktik langsung. Penyampaian materi melalui booklet memberikan dasar pengetahuan, sedangkan praktik membantu kader memahami penerapan materi dalam situasi pelayanan nyata. Pendekatan kombinasi tersebut sesuai dengan hasil pengabdian sebelumnya pada kader Posbindu lansia yang menunjukkan bahwa penggunaan buku panduan yang disertai pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan pelayanan serta konseling kesehatan lansia (Indarjo et al., 2020). Namun, pada kegiatan ini evaluasi keterampilan dilakukan secara observasional dan belum dianalisis dalam bentuk skor atau kategori, sehingga perubahan keterampilan kader belum dapat dibandingkan secara kuantitatif. Oleh karena itu, hasil kegiatan lebih menekankan pada peningkatan kesiapan kader berdasarkan hasil pengukuran kuesioner.

Hasil penelitian (Darmawan, 2023) juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan booklet pada kelompok lansia dapat membantu penyampaian informasi secara lebih sistematis dan meningkatkan pemahaman peserta. Media cetak memiliki keunggulan karena informasi dapat dipelajari kembali secara mandiri setelah kegiatan berlangsung. Hal tersebut berpotensi memperkuat retensi informasi dan mendukung keberlanjutan proses pembelajaran pada kader.

Selain itu, (Hidayat, 2023) melaporkan bahwa optimalisasi peran kader Posyandu Lansia melalui kombinasi edukasi, pemberian booklet, dan demonstrasi mampu meningkatkan pemahaman kader serta mendukung peningkatan kualitas pelayanan kesehatan lansia. Temuan tersebut memiliki kesesuaian dengan kegiatan ini karena booklet digunakan sebagai bagian dari rangkaian edukasi dan praktik, bukan sebagai media tunggal. Dengan demikian, booklet dapat menjadi instrumen

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

pendukung dalam meningkatkan kesiapan kader melalui penyediaan informasi yang dapat dipahami, diingat kembali, dan diterapkan dalam kegiatan pendampingan lansia.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi berbasis booklet yang dikombinasikan dengan pelatihan praktik memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesiapan kader dalam manajemen nyeri lansia. Meskipun demikian, evaluasi keterampilan praktik dan evaluasi proses kegiatan masih perlu dikembangkan dengan instrumen yang lebih terukur, seperti lembar observasi berbasis indikator, skor keterampilan, serta kategori tingkat keberhasilan. Pengembangan instrumen tersebut diperlukan agar evaluasi kegiatan pengabdian berikutnya dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai perubahan pengetahuan, kesiapan, dan keterampilan kader.



Gambar 3. Praktik Manajemen Nyeri Non Farmakologi

Caregiver adalah pendamping yang memberikan bantuan kepada seseorang yang tidak mampu mengurus diri sendiri atau memiliki keterbatasan fisik dan mental (Prabasari et al., 2025). Pengasuh bagi lansia diperlukan untuk memenuhi kebutuhan mereka dan juga mengatasi keluhan yang mereka alami akibat penurunan fisik atau masalah kesehatan, sehingga mereka dapat mempertahankan kualitas hidup yang optimal. Oleh karena itu, seorang caregiver harus mampu membekali diri dengan keterampilan dan kemampuan khusus dalam merawat lansia, mengidentifikasi masalah atau keluhan yang dialami lansia untuk mencegah komplikasi, dan membantu lansia dalam mempertahankan kualitas hidup yang optimal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Selain penggunaan booklet, kegiatan ini mengintegrasikan metode praktik langsung. Pendekatan tersebut penting karena materi manajemen nyeri tidak cukup disampaikan melalui ceramah atau membaca media edukasi. Kader perlu memahami bagaimana suatu tindakan dilakukan secara benar dan aman sebelum menerapkannya ketika mendampingi lansia. Kombinasi berbagai teknik nonfarmakologis tersebut sesuai dengan hasil *systematic review* dan *meta-analysis* yang menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis memiliki peran dalam penatalaksanaan nyeri kronis pada lansia. Intervensi tersebut mencakup berbagai pendekatan fisik dan psikososial yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri dan mendukung fungsi lansia (Leung et al., 2024). Oleh karena itu, pemberian materi dalam bentuk beberapa pilihan teknik memungkinkan kader dan lansia memiliki alternatif tindakan yang dapat disesuaikan dengan kondisi individual. Pendekatan ini lebih sesuai dibandingkan penggunaan satu teknik secara seragam untuk seluruh lansia karena pengalaman dan penyebab nyeri dapat berbeda pada setiap individu.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi menggunakan media booklet yang disertai praktik manajemen nyeri *nonfarmakologis* menunjukkan adanya peningkatan kesiapan kader sebagai *caregiver* dalam mendampingi lansia dengan keluhan nyeri pada peserta kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi *pretest* dan *posttest*, rata-rata skor kesiapan kader meningkat dari 58,6 menjadi 65,2 dengan selisih peningkatan sebesar 6,6 poin atau 11,3%. Hasil tersebut menunjukkan

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

adanya perubahan positif pada kesiapan kader setelah memperoleh edukasi mengenai manajemen nyeri lansia. Penggunaan booklet yang dikombinasikan dengan praktik memberikan dukungan dalam proses pembelajaran kader melalui penyampaian informasi yang lebih terstruktur dan penerapan materi secara langsung. Namun, evaluasi kegiatan ini belum menyajikan hasil pengukuran pengetahuan dan keterampilan kader secara kuantitatif, sehingga peningkatan pada kedua aspek tersebut belum dapat disimpulkan secara objektif. Evaluasi selanjutnya perlu menggunakan instrumen yang lebih komprehensif untuk mengukur perubahan pengetahuan dan keterampilan praktik kader. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis booklet berpotensi menjadi salah satu pendekatan dalam meningkatkan kapasitas kader dalam mendukung pendampingan lansia dengan nyeri. Dalam pelaksanaannya, kader tetap perlu menjalankan peran sesuai batas kompetensi, yaitu memberikan dukungan *nonfarmakologis* sederhana yang aman, melakukan pemantauan kondisi lansia, serta mengenali tanda yang memerlukan rujukan kepada tenaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Harapan Bangsa atas pendanaan hibah Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2026, LPPM Universitas Harapan Bangsa atas ijin yang diberikan dan kader Posyandu Sehat Bahagia yang telah berperan aktif dalam kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

Asmarah, C. I., & Rodiyah, I. (2025). Posyandu Roles and Elderly Participation in Rural Community Health Services : Peran Posyandu dan Partisipasi Lansia dalam Layanan Kesehatan MAysrakat Pedesaan. *Indonesian Journal on Health Science and Medicine Vol.*, *2*(2), 1–20.

Darmawan, N. M. U. S. R. (2023). Edukasi Melalui Media Booklet Pada Anggota Posyandu Lansia Dalam Peningkatan Sistem Imunitas Tubuh Pasca Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Indonesia*, *3*(1), 185–197.

Erwin Kurniasih, Endri Ekayamti, & Pariyem. (2021). Terapi Non Farmakologi Sebagai Bentuk Swamedikasi Lansia Dalam Manajemen Nyeri Osteoartritis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, *7*(2), 119–126. https://doi.org/10.33023/jpm.v7i2.878

Hidayat, M. (2023). *Optimalisasi Peran Kader Posyandu Lansia dalam Pelayanan di Posyandu Edelweis*. *5*(November), 625–630. https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.612

Indarjo, S., Bertakalswa Hermawati, & Nugraha, E. (2020). Upaya Pelatihan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) pada Kader Posyandu di Desa Kalikayen, Kec. Ungaran Timur, Kab. Semarang. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *23*(2), 134–138.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *PANDUAN PRAKTIS UNTUK CAREGIVER DALAM PERAWATAN JANGKA PANJANG BAGI LANJUT USIA.pdf*.

Khadijah, Y. A. R. U. L. S. (2023). *Penggunaan Buklet Dalam Meningkatkan Literasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kader Posyandu*. *3*(3), 177–190.

Kustanti, C., & Widyarani, L. (2022). Pengaruh Pengembangan Media Booklet CPSS Terhadap Kemampuan Kader Kesehatan Dalam Deteksi Dini Stroke. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, *5*(1), 12–18.

Leung, D. K. Y., Fong, A. P. C., Wong, F. H. C., Liu, T., Wong, G. H. Y., & Lum, T. Y. S. (2024). Nonpharmacological Interventions for Chronic Pain in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Gerontologist*, *64*(6). https://doi.org/10.1093/geront/gnae010

Maqfiro, R. H. A. M. S. N. A. (2022). *Pemanfaatan Media Booklet Sebagai Optimalisasi Peran Kader Posyandu Bagi Anak Golden Age Period*. *3*(1), 87–99.

Prabasari, N. A., Juwita, L., & Marcello, S. A. (2025). *Mekanisme Koping Family Caregiver Merawat Lansia Yang Mengalami Proses Penuaan*. *7*, 2978–2988.

Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., Keefe, F. J., Mogil, J. S., Ringkamp, M., Sluka, K. A., Song, X., Stevens, B., Sullivan, M. D., Tutelman, P. R., Ushida, T., & Vader, K. (2020). *The revised International Association for the Study of Pain definition of pain : concepts , challenges , and compromises*. *00*(00).

Vol. 6, No. 6 -November 2026, Hal. 3542-3551
DOI: 10.59395/altifani.v6i6.1476

Salsabilah, F. (2024). Hubungan Nyeri Sendi Dengan Keseimbangan Tubuh Lansia di UPT Pelayanan Tresna Werdha (PSTW) Jember. *Jurnal Ilmu Kesehatan Asysyifa*, *2*(2).

Sesanelvira, M., Dinul, A., Supriadi, D., & Rohayani, L. (2025). Pemberdayaan Caregiver Dalam Melakukan Pijat Akupresur Pada Lansia Untuk Mengontrol Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Selatan. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, *6*, 419–428.

Wang, D., Wang, A., Meng, X., & Liu, L. (2025). Prevalence and risk factors of self-reported adverse drug events in elderly co-morbid patients in northeastern China : a cross- sectional study. *BMC Geriatrics*.