

Implementasi Kegiatan Posyandu sebagai Upaya Preventif dan Promotif Kesehatan untuk Bayi dan Lansia

**Erna Fitriatun¹, Sukarman², Indri Susilawati³, Muhammad Satria Mulyajaya⁴,
Sri Erny Mulyani⁵, Muhsan⁶**

ernafitriatun83@gmail.com, sukarman@gmail.com, indrisusilawati@undikma.ac.id,
muljaya@gmail.com, ernimulyani@gmail.com, muhsan@gmail.com

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Pendidikan Mandalika

Article History:

Received: 2026-05-15

Revised: 2026-06-19

Accepted: 2026-06-21

Abstract: *This community service program aimed to implement Posyandu (Integrated Health Service Post) activities as a preventive and promotive strategy to improve the health status of infants and older adults. The program was initiated in response to the need for accessible primary healthcare services, particularly for vulnerable populations such as infants and the elderly. Infants require regular growth and developmental monitoring to facilitate the early detection of health problems, while older adults benefit from routine health assessments to identify risk factors for non-communicable diseases and maintain their overall quality of life. The program employed a participatory and educational approach that emphasized community involvement in preventive and health-promoting activities. The target participants included infants, their parents or caregivers, and older adults. The implementation consisted of four stages: preparation, implementation, evaluation, and follow-up. Activities for infants included weight and height measurements, documentation of health records in child health monitoring books, and health education on exclusive breastfeeding, balanced nutrition, immunization, and growth and developmental monitoring. For older adults, activities included blood pressure screening, health interviews to identify current health concerns, documentation of examination results, and health education on healthy lifestyles, light physical activity, and the prevention of degenerative diseases. The findings indicate that the implementation of Posyandu served as an effective platform for the early detection of health conditions, enhanced community knowledge, and strengthened community participation in maintaining the health of infants and older adults. Participants demonstrated high levels of engagement throughout the program and gained a better understanding of the importance of routine health examinations, continuous monitoring of child growth and development, and the adoption of healthy lifestyle practices during older adulthood.*

Keywords: *Community Service, Community Empowerment, Disease Prevention, Health Promotion, Infant Health, Older Adults*

Pendahuluan

Kesehatan masyarakat merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia. Upaya peningkatan derajat kesehatan tidak hanya dilakukan melalui

pelayanan kuratif atau pengobatan, tetapi juga melalui kegiatan preventif dan promotif yang bertujuan mencegah terjadinya penyakit serta meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan. Dalam konteks pelayanan kesehatan berbasis masyarakat, Posyandu memiliki peran strategis sebagai wadah pelayanan kesehatan dasar yang dekat dengan masyarakat, mudah diakses, dan melibatkan partisipasi aktif warga (Lubis et al., 2025; Yuniarti, 2025; Zafira & Widiyarta, 2025).

Posyandu atau Pos Pelayanan Terpadu merupakan bentuk pelayanan kesehatan masyarakat yang berorientasi pada pemberdayaan masyarakat. Kegiatan Posyandu umumnya meliputi pemantauan pertumbuhan bayi dan balita, penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemberian imunisasi, pemberian vitamin, penyuluhan gizi, serta edukasi kesehatan ibu dan anak (Hafifah et al., 2020; Safitri & Rs, 2023; Siregar, 2021). Selain itu, Posyandu juga dapat dikembangkan untuk memberikan pelayanan kepada kelompok usia lanjut melalui kegiatan Posyandu Lansia, seperti pemeriksaan tekanan darah, pemantauan kondisi kesehatan, penyuluhan pola hidup sehat, serta deteksi dini risiko penyakit degeneratif.

Bayi dan lansia merupakan dua kelompok usia yang rentan mengalami gangguan kesehatan. Bayi membutuhkan pemantauan tumbuh kembang secara berkala agar risiko gizi kurang, keterlambatan pertumbuhan, maupun masalah kesehatan lainnya dapat diketahui sejak dini (Amalia & Putri, 2026a; Harefa & Herawati, 2023; Muslihin et al., 2025). Sementara itu, lansia memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes melitus, gangguan sendi, dan penurunan fungsi tubuh. Oleh karena itu, kegiatan Posyandu yang menasar bayi dan lansia menjadi penting sebagai langkah preventif untuk mencegah masalah kesehatan serta langkah promotif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai perilaku hidup sehat.

Pelaksanaan kegiatan Posyandu di Pos Jaga Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas menjadi salah satu bentuk nyata pengabdian kepada masyarakat dalam mendukung peningkatan kesehatan warga. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pemeriksaan kesehatan, tetapi juga memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya pemantauan kesehatan secara rutin. Melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan bayi sejak dini dan memperhatikan kesehatan lansia secara berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pendekatan preventif dan promotif. Pendekatan preventif dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan, pemantauan tumbuh kembang bayi, serta deteksi dini masalah kesehatan pada lansia. Sementara itu, pendekatan promotif dilakukan melalui edukasi kesehatan, penyuluhan, dan pemberian informasi mengenai pola hidup sehat. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih aktif dalam menjaga kesehatan diri dan keluarganya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel pengabdian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi kegiatan Posyandu sebagai upaya preventif dan promotif kesehatan bagi bayi dan lansia di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pelayanan kesehatan dasar, memperkuat peran Posyandu sebagai pusat pemberdayaan kesehatan masyarakat, serta mendukung terciptanya masyarakat yang lebih sehat, mandiri, dan sadar akan pentingnya pencegahan penyakit sejak dini.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode partisipatif edukatif dengan pendekatan preventif dan promotif Kesehatan (Rahman, 2019; Zulharman, 2023). Metode partisipatif digunakan karena kegiatan Posyandu melibatkan peran aktif masyarakat, kader Posyandu, petugas kesehatan, serta peserta kegiatan, baik bayi yang didampingi orang tua maupun lansia. Sementara itu, pendekatan edukatif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, pemantauan tumbuh kembang bayi, serta pencegahan penyakit pada lansia.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas Kota Mataram. Sasaran kegiatan meliputi bayi, orang tua atau pendamping bayi, serta lansia yang berada di wilayah tersebut. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada pertimbangan bahwa bayi dan lansia merupakan kelompok rentan yang membutuhkan perhatian kesehatan secara berkala. Bayi memerlukan pemantauan pertumbuhan dan

perkembangan, sedangkan lansia membutuhkan deteksi dini terhadap risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, dan gangguan kesehatan lainnya.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama kader Posyandu dan perangkat RT setempat untuk menentukan waktu, tempat, kebutuhan alat, serta sasaran peserta. Pada tahap ini juga dilakukan identifikasi kebutuhan masyarakat, seperti pemeriksaan kesehatan yang diperlukan bagi lansia dan jenis layanan dasar yang dibutuhkan bagi bayi. Selain itu, tim pelaksana menyiapkan alat dan bahan kegiatan, seperti timbangan bayi, alat ukur tinggi atau panjang badan, alat pengukur tekanan darah, alat tulis, lembar pencatatan, serta media edukasi kesehatan.

Tahap pelaksanaan dilakukan dalam bentuk pelayanan Posyandu terpadu. Untuk sasaran bayi, kegiatan meliputi pendaftaran peserta, penimbangan berat badan, pengukuran panjang atau tinggi badan, pencatatan hasil pengukuran, serta edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya pemantauan tumbuh kembang, pemberian gizi seimbang, ASI, imunisasi, dan pencegahan penyakit pada anak. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi pertumbuhan bayi secara berkala dan memberikan informasi kepada orang tua agar lebih memperhatikan kesehatan anak sejak dini.

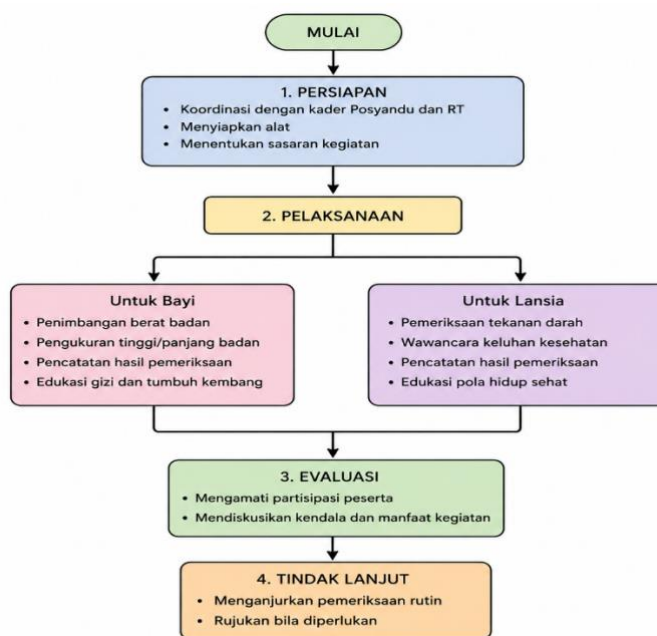


Diagram 1: Tahap Pelaksanaan Pengabdian

Untuk sasaran lansia, kegiatan dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan sederhana, seperti pengukuran tekanan darah, wawancara singkat mengenai keluhan kesehatan, pencatatan hasil pemeriksaan, serta pemberian edukasi tentang pola hidup sehat. Edukasi yang diberikan mencakup pentingnya menjaga pola makan, aktivitas fisik ringan, istirahat cukup, pemeriksaan kesehatan rutin, serta pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular. Melalui kegiatan ini, lansia diharapkan dapat mengetahui kondisi kesehatannya dan lebih sadar terhadap pentingnya pencegahan penyakit.

Tahap evaluasi dilakukan dengan mengamati kehadiran peserta, keterlibatan masyarakat, kelancaran proses pelayanan, serta pemahaman peserta terhadap informasi kesehatan yang diberikan. Evaluasi juga dilakukan melalui diskusi singkat dengan kader Posyandu dan peserta kegiatan mengenai manfaat kegiatan, kendala yang ditemukan, serta kebutuhan pelayanan kesehatan berikutnya. Hasil evaluasi digunakan untuk mengetahui sejauh mana kegiatan Posyandu dapat membantu masyarakat dalam memperoleh layanan kesehatan dasar.

Tahap tindak lanjut dilakukan dengan memberikan anjuran kepada orang tua bayi dan lansia untuk mengikuti kegiatan Posyandu secara rutin. Selain itu, hasil pencatatan kesehatan dapat digunakan oleh kader Posyandu sebagai dasar pemantauan kondisi peserta pada kegiatan berikutnya. Apabila ditemukan peserta dengan kondisi kesehatan yang memerlukan perhatian lebih lanjut, maka peserta dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan terdekat. Dengan metode ini, kegiatan pengabdian tidak hanya berfokus pada pelayanan kesehatan sesaat, tetapi juga mendorong perubahan perilaku masyarakat agar lebih aktif dalam menjaga kesehatan. Pendekatan preventif dilakukan melalui pemeriksaan dan deteksi dini, sedangkan pendekatan promotif dilakukan melalui edukasi kesehatan. Oleh karena itu, metode partisipatif edukatif dinilai tepat karena sesuai dengan karakter kegiatan Posyandu yang berbasis masyarakat dan bertujuan meningkatkan kemandirian masyarakat dalam bidang kesehatan. Alur kegiatan ini dapat dideskripsikan pada diagram 1.

Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Posyandu sebagai upaya preventif dan promotif kesehatan untuk bayi dan lansia di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas merupakan salah satu

bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan tim fasilitator atau tim pengabdian dari Universitas Pendidikan Mandalika, Jurusan Olahraga, yang terdiri atas Erna Fitriatun, Sukarman, Indri Susilawati, M.Fis., Muhammad Satria Mulyajaya, M.Pd., Sri Erny Mulyani, dan Muhsan. Kehadiran tim pengabdian dalam kegiatan ini menjadi bagian penting karena Posyandu tidak hanya membutuhkan pelayanan kesehatan dasar, tetapi juga membutuhkan pendampingan, edukasi, motivasi, serta penguatan kesadaran masyarakat agar lebih aktif dalam menjaga kesehatan.

Kegiatan Posyandu memiliki posisi strategis dalam kehidupan masyarakat karena menjadi salah satu bentuk pelayanan kesehatan yang dekat dengan warga. Posyandu bukan hanya tempat untuk melakukan penimbangan bayi atau pemeriksaan kesehatan sederhana bagi lansia, tetapi juga menjadi ruang interaksi sosial, ruang edukasi, dan ruang pemberdayaan Masyarakat (Banowo, 2025; Ilyas, 2017; Rosnah et al., 2024). Melalui kegiatan Posyandu, masyarakat dapat memperoleh pelayanan kesehatan dasar secara lebih mudah, terjangkau, dan berkelanjutan. Hal ini sangat penting terutama bagi kelompok rentan seperti bayi dan lansia, karena kedua kelompok tersebut memerlukan perhatian kesehatan secara rutin.

Bayi merupakan kelompok usia yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting. Pada masa ini, kondisi kesehatan bayi perlu dipantau secara berkala agar pertumbuhan fisik dan perkembangan anak dapat berjalan optimal. Pemantauan berat badan, tinggi atau panjang badan, status gizi, serta kondisi umum bayi menjadi bagian penting dari kegiatan Posyandu (Amalia & Putri, 2026b; Vidiyari et al., 2023; Wati et al., 2025). Melalui kegiatan tersebut, orang tua dapat mengetahui apakah pertumbuhan anaknya sudah sesuai dengan tahapan usia atau memerlukan perhatian lebih lanjut. Apabila terdapat tanda-tanda gangguan pertumbuhan, maka orang tua dapat segera memperoleh arahan untuk melakukan tindakan pencegahan atau pemeriksaan lanjutan.

Selain bayi, lansia juga menjadi sasaran penting dalam kegiatan Posyandu. Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami penurunan fungsi tubuh, baik secara fisik maupun fisiologis. Penurunan tersebut dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai penyakit, seperti hipertensi, diabetes melitus, nyeri sendi, gangguan keseimbangan, kelelahan, serta penyakit tidak menular lainnya. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan sederhana

seperti pengukuran tekanan darah, pemantauan keluhan, serta edukasi pola hidup sehat menjadi bagian penting dalam kegiatan Posyandu lansia. Dengan pemeriksaan secara rutin, kondisi kesehatan lansia dapat lebih terpantau sehingga risiko penyakit dapat dicegah atau dikendalikan sejak dini (Amila et al., 2021; Ethica & Larasaty, 2025; Fauziah et al., 2025; Hardani & Masyita, 2025; Wati et al., 2025).

Dalam pelaksanaannya, tim pengabdian dari Universitas Pendidikan Mandalika, Jurusan Olahraga, berperan sebagai fasilitator yang mendukung jalannya kegiatan Posyandu. Peran fasilitator tidak hanya sebatas membantu pelaksanaan teknis kegiatan, tetapi juga memberikan edukasi kesehatan kepada peserta. Edukasi tersebut meliputi pentingnya menjaga kebugaran tubuh, melakukan aktivitas fisik sesuai usia, menjaga pola makan, melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta membangun kebiasaan hidup sehat dalam keluarga. Keterlibatan tim dari Jurusan Olahraga memiliki relevansi yang kuat karena aspek kesehatan tidak dapat dipisahkan dari aktivitas fisik, kebugaran, dan perilaku hidup aktif. Pada kelompok lansia, kontribusi tim pengabdian sangat penting dalam memberikan pemahaman mengenai aktivitas fisik yang aman dan sesuai dengan kemampuan tubuh. Lansia sering kali memiliki keterbatasan dalam bergerak karena faktor usia, nyeri sendi, kelelahan, atau penyakit tertentu. Namun, keterbatasan tersebut bukan berarti lansia tidak boleh melakukan aktivitas fisik. Justru, aktivitas fisik ringan yang dilakukan secara teratur dapat membantu menjaga kelenturan tubuh, meningkatkan sirkulasi darah, menjaga keseimbangan, mengurangi kekakuan otot, serta membantu mempertahankan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, edukasi mengenai gerakan sederhana, peregangan ringan, jalan santai, latihan pernapasan, dan aktivitas fisik yang sesuai menjadi sangat penting.

Tim pengabdian juga dapat membantu lansia memahami bahwa menjaga kesehatan tidak hanya dilakukan ketika sakit, tetapi harus dimulai sejak sebelum munculnya keluhan. Inilah yang menjadi inti dari pendekatan preventif. Pendekatan preventif bertujuan untuk mencegah munculnya penyakit atau mencegah kondisi kesehatan menjadi lebih berat. Dalam kegiatan Posyandu, pendekatan preventif dilakukan melalui pemeriksaan tekanan darah, pencatatan keluhan, pemantauan kondisi tubuh, serta pemberian arahan apabila ditemukan kondisi yang memerlukan pemeriksaan lanjutan. Dengan demikian, lansia tidak hanya

memperoleh informasi tentang kondisi kesehatannya, tetapi juga didorong untuk lebih peduli terhadap pencegahan penyakit.

Pada kelompok bayi, kegiatan preventif dilakukan melalui pemantauan tumbuh kembang secara berkala. Penimbangan berat badan dan pengukuran panjang atau tinggi badan merupakan langkah sederhana tetapi memiliki manfaat besar. Melalui data tersebut, kader Posyandu dan orang tua dapat mengetahui perkembangan pertumbuhan bayi dari waktu ke waktu. Jika ditemukan berat badan yang tidak naik, pertumbuhan yang tidak sesuai, atau adanya indikasi masalah gizi, maka orang tua dapat segera diberikan edukasi dan arahan. Dengan demikian, kegiatan Posyandu dapat membantu mencegah masalah kesehatan bayi sebelum berkembang menjadi kondisi yang lebih serius.

Selain pendekatan preventif, kegiatan ini juga menekankan pendekatan promotif. Pendekatan promotif dilakukan dengan memberikan edukasi dan informasi kesehatan kepada masyarakat agar mereka memiliki pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan untuk menjaga kesehatan secara mandiri. Pada orang tua bayi, edukasi dapat berupa pentingnya pemberian gizi seimbang, pemberian ASI, kebersihan lingkungan, imunisasi, pemantauan tumbuh kembang, serta pentingnya membawa bayi ke Posyandu secara rutin. Edukasi tersebut sangat penting karena kesehatan bayi sangat dipengaruhi oleh pola pengasuhan dan pengetahuan keluarga di rumah.

Pada lansia, edukasi promotif dapat berupa pentingnya menjaga pola makan, mengurangi konsumsi garam berlebihan, membatasi makanan tinggi gula dan lemak, memperbanyak aktivitas fisik ringan, menjaga istirahat yang cukup, mengelola stres, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Lansia juga perlu diberikan pemahaman bahwa menjaga kesehatan bukan hanya tanggung jawab tenaga kesehatan, tetapi juga tanggung jawab pribadi dan keluarga. Dengan adanya edukasi yang diberikan secara sederhana dan mudah dipahami, lansia diharapkan mampu menerapkan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan Posyandu di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas juga memperlihatkan pentingnya kolaborasi antara berbagai pihak. Kegiatan ini tidak dapat berjalan optimal jika hanya dilakukan oleh satu pihak saja. Diperlukan kerja sama antara kader Posyandu, perangkat RT, masyarakat, keluarga peserta, dan tim pengabdian dari perguruan

tinggi. Kader Posyandu memiliki peran penting karena mereka merupakan penggerak utama kegiatan di tingkat masyarakat. Sementara itu, tim pengabdian berperan memberikan dukungan, pendampingan, dan edukasi berdasarkan bidang keilmuan yang dimiliki. Kolaborasi ini menjadikan kegiatan lebih terarah, terorganisir, dan bermanfaat bagi masyarakat.

Peran masing-masing anggota tim pengabdian turut mendukung keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Erna Fitriatun, Sukarman, Indri Susilawati, M.Fis., Muhammad Satria Mulyajaya, M.Pd., Sri Erny Mulyani, dan Muhsan berperan dalam membantu proses koordinasi, pelaksanaan kegiatan, pendampingan peserta, serta penyampaian edukasi kesehatan. Keterlibatan tim secara bersama-sama mencerminkan pentingnya kerja kolektif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dalam kegiatan berbasis masyarakat, kerja sama tim menjadi faktor utama karena setiap tahapan membutuhkan koordinasi, mulai dari persiapan tempat, pengaturan peserta, pelaksanaan pemeriksaan, pencatatan hasil, hingga evaluasi kegiatan.

Kehadiran tim pengabdian juga memberikan dampak positif terhadap suasana kegiatan. Masyarakat tidak hanya datang untuk mengikuti pemeriksaan, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk berdiskusi dan bertanya mengenai kesehatan. Hal ini penting karena sebagian masyarakat sering kali memiliki keluhan atau pertanyaan kesehatan, tetapi belum tentu memiliki kesempatan untuk menyampaikannya. Dengan adanya fasilitator, kegiatan Posyandu menjadi lebih komunikatif dan edukatif. Peserta dapat memperoleh informasi yang lebih jelas mengenai kondisi kesehatan mereka dan langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan di rumah.

Dari sisi masyarakat, kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Masih banyak masyarakat yang memeriksakan diri hanya ketika sudah merasakan keluhan. Padahal, banyak masalah kesehatan yang dapat dicegah apabila diketahui lebih awal. Pada bayi, gangguan pertumbuhan atau masalah gizi dapat diantisipasi melalui pemantauan rutin. Pada lansia, tekanan darah tinggi atau keluhan kesehatan lainnya dapat dikendalikan apabila diperiksa secara berkala. Oleh karena itu, Posyandu menjadi media penting untuk mengubah pola pikir masyarakat dari yang semula berorientasi pada pengobatan menjadi lebih berorientasi pada pencegahan.

Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa Posyandu dapat menjadi sarana pendidikan kesehatan yang efektif. Edukasi yang diberikan secara langsung kepada masyarakat biasanya lebih mudah diterima karena disampaikan dalam konteks yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Masyarakat dapat langsung menghubungkan informasi yang diterima dengan kondisi keluarga mereka. Misalnya, orang tua bayi dapat langsung memahami pentingnya membawa anak ke Posyandu setelah mengetahui hasil penimbangan. Lansia juga dapat lebih memahami pentingnya mengatur pola makan setelah mengetahui hasil tekanan darah. Dengan demikian, edukasi kesehatan menjadi lebih bermakna karena dikaitkan langsung dengan kondisi nyata peserta.

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, kegiatan ini juga mencerminkan peran perguruan tinggi dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang ada di lingkungan masyarakat. Perguruan tinggi tidak hanya berfungsi sebagai lembaga pendidikan dan penelitian, tetapi juga memiliki tanggung jawab sosial untuk memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat. Melalui kegiatan ini, Universitas Pendidikan Mandalika, khususnya Jurusan Olahraga, dapat berperan dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, terutama terkait kebugaran, aktivitas fisik, dan pola hidup sehat. Kegiatan seperti ini menjadi bentuk nyata implementasi ilmu pengetahuan dalam kehidupan masyarakat.

Selain memberikan manfaat bagi masyarakat, kegiatan pengabdian ini juga menjadi sarana bagi tim pengabdian untuk memahami kondisi kesehatan masyarakat secara langsung. Melalui interaksi dengan warga, tim dapat mengetahui kebutuhan, kebiasaan, dan kendala yang dihadapi masyarakat dalam menjaga kesehatan. Misalnya, sebagian lansia mungkin belum terbiasa melakukan aktivitas fisik ringan, sebagian orang tua bayi mungkin masih kurang memahami pentingnya pemantauan tumbuh kembang, atau sebagian masyarakat mungkin belum rutin mengikuti kegiatan Posyandu. Informasi tersebut penting sebagai dasar untuk merancang kegiatan pengabdian berikutnya agar lebih sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Dari hasil pelaksanaan kegiatan, dapat dipahami bahwa upaya promotif dan preventif perlu dilakukan secara berkelanjutan. Pemeriksaan satu kali tentu memberikan manfaat, tetapi dampak yang lebih besar akan diperoleh apabila kegiatan dilakukan secara rutin dan konsisten. Oleh karena itu, tindak lanjut dari kegiatan ini menjadi hal penting. Masyarakat perlu

terus didorong untuk hadir dalam kegiatan Posyandu berikutnya, kader perlu terus didukung dalam melakukan pencatatan dan pemantauan, sedangkan tim pengabdian dapat berperan dalam memberikan edukasi lanjutan sesuai kebutuhan masyarakat. Keberlanjutan kegiatan menjadi kunci agar manfaat Posyandu dapat dirasakan dalam jangka panjang.

Pembahasan ini juga menegaskan bahwa keberhasilan kegiatan Posyandu tidak hanya diukur dari jumlah peserta yang hadir, tetapi juga dari meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan. Apabila masyarakat mulai memahami pentingnya pemeriksaan rutin, mulai menerapkan pola hidup sehat, serta lebih peduli terhadap kesehatan bayi dan lansia, maka kegiatan Posyandu telah memberikan dampak positif. Perubahan pengetahuan dan kesadaran tersebut merupakan bagian penting dari tujuan kegiatan promotif kesehatan.

Secara umum, implementasi kegiatan Posyandu di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan berbasis masyarakat masih sangat relevan dan dibutuhkan. Posyandu mampu menjangkau kelompok rentan, memberikan pelayanan dasar, serta menjadi media edukasi kesehatan. Dengan dukungan tim fasilitator dari Universitas Pendidikan Mandalika, kegiatan ini menjadi lebih kuat karena tidak hanya berfokus pada pemeriksaan, tetapi juga pada pemberdayaan masyarakat. Tim pengabdian hadir untuk membantu masyarakat memahami bahwa kesehatan harus dijaga secara aktif melalui pencegahan, edukasi, aktivitas fisik, dan pemeriksaan berkala.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat dikatakan sebagai bentuk implementasi pengabdian masyarakat yang sesuai dengan kebutuhan warga. Bayi memperoleh manfaat melalui pemantauan tumbuh kembang, lansia memperoleh manfaat melalui pemeriksaan dan edukasi kesehatan, sedangkan masyarakat memperoleh manfaat berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran. Kolaborasi antara kader Posyandu, masyarakat, dan tim pengabdian menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan kegiatan. Oleh karena itu, kegiatan Posyandu seperti ini perlu terus dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan agar mampu mendukung terwujudnya masyarakat yang lebih sehat, mandiri, dan sadar akan pentingnya upaya preventif serta promotif dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam pelaksanaannya, kegiatan pengabdian ini juga menghadapi sejumlah tantangan yang sekaligus menjadi pembelajaran praktik baik bagi tim pelaksana maupun kader Posyandu. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan waktu dan partisipasi masyarakat yang masih

fluktuatif, terutama pada kelompok usia produktif yang sering berbenturan dengan jam kerja. Selain itu, variasi tingkat pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pemantauan kesehatan rutin juga memengaruhi konsistensi kehadiran, sehingga diperlukan pendekatan komunikasi yang lebih persuasif dan kontekstual. Di sisi lain, keterbatasan sumber daya seperti alat pemeriksaan kesehatan dan kapasitas kader dalam melakukan edukasi yang lebih teknis juga menjadi kendala tersendiri. Namun demikian, tantangan tersebut menghasilkan praktik baik berupa penguatan kolaborasi lintas peran, di mana kader Posyandu semakin terlatih dalam melakukan edukasi dasar kesehatan, sementara tim pengabdian belajar menyesuaikan metode penyampaian informasi agar lebih sederhana, interaktif, dan mudah dipahami. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong terbentuknya strategi jemput bola dan komunikasi berkelanjutan melalui media sederhana seperti grup pesan singkat untuk meningkatkan kehadiran dan keterlibatan masyarakat. Dengan demikian, tantangan yang muncul tidak hanya menjadi hambatan, tetapi juga memperkaya pengalaman dan memperkuat model pelaksanaan pengabdian yang lebih adaptif dan berkelanjutan.

Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul "Implementasi Kegiatan Posyandu sebagai Upaya Preventif dan Promotif Kesehatan untuk Bayi dan Lansia di PosGa Melati 1 Lapangan RT. 03 Kesra Perumnas", dapat disimpulkan bahwa kegiatan Posyandu memiliki peran penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya bagi kelompok rentan seperti bayi dan lansia. Posyandu tidak hanya berfungsi sebagai tempat pemeriksaan kesehatan dasar, tetapi juga sebagai sarana edukasi, pemantauan, pencegahan penyakit, serta pemberdayaan masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan keluarga. Kegiatan ini menunjukkan bahwa upaya preventif dapat dilakukan melalui pemantauan tumbuh kembang bayi, penimbangan berat badan, pengukuran tinggi atau panjang badan, serta pemeriksaan kesehatan sederhana bagi lansia seperti pengukuran tekanan darah dan pemantauan keluhan kesehatan.

Melalui kegiatan tersebut, masalah kesehatan dapat diketahui lebih awal sehingga dapat segera diberikan arahan atau tindak lanjut yang sesuai. Hal ini penting karena bayi dan lansia merupakan kelompok usia yang membutuhkan perhatian kesehatan secara rutin dan berkelanjutan. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan kontribusi dalam aspek promotif kesehatan. Edukasi yang diberikan kepada orang tua bayi dan lansia mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat, pemeriksaan kesehatan

berkala, pemenuhan gizi, kebersihan, aktivitas fisik ringan, serta pencegahan penyakit tidak menular. Dengan adanya edukasi tersebut, masyarakat diharapkan tidak hanya datang ke Posyandu ketika mengalami keluhan, tetapi juga memiliki kesadaran untuk menjaga kesehatan sejak dini.

Daftar Pustaka

- Amalia, A., & Putri, S. A. (2026a). Berat Badan Lahir Rendah: Mengetahui Risiko dan Langkah Optimasi Tumbuh Kembang Bayi Kecil. Afdan Rojabi Publisher.
- Amila, A., Sembiring, E., & Aryani, N. (2021). Deteksi Dini Dan Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Wilayah Mutiara Home Care. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(1), 102–112.
- Banowo, A. S. (2025). Posyandu dan Kegagalan Ibu dalam Pemberian Asi Eksklusif pada Bayi. CV Eureka Media Aksara.
- Ethica, S. N., & Larasaty, N. D. (2025). Promosi kesehatan komunitas: Integrasi edukasi dan pemeriksaan kesehatan. Deepublish.
- Fauziah, F., Riana, R. I., Ramadhany, A. N. C., Gorap, S. I., & Purba, A. A. (2025). Kepuasan Lansia Terhadap Pemeriksaan Kesehatan di Yayasan Batara Hati Mulia Gowa. *HealthSense: Journal of Public Health Perspective*, 2(1), 1–7.
- Hafifah, N., Abidin, Z., & Korespondensi, P. (2020). Peran Posyandu dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Sukawening, Kabupaten Bogor (The Role of Posyandu in Improving Mother and Child Quality Health in Sukawening Village Communities, Bogor District). *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(5), 893–900.
- Hardani, R., & Masyita, A. A. (2025). Upaya Pencegahan Penyakit Degeneratif Melalui Pemeriksaan dan Edukasi Kesehatan Pada Lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli: Pengabdian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 3625–3629.
- Harefa, U. D., & Herawati, Y. (2023). Evaluasi Program Deteksi Dini Tumbuh Kembang Pada Balita Di Puskesmas Kota Gunungsitoli Tahun 2022. *Journal of Midwifery Research*, 1(2).
- Ilyas, A. N. K. (2017). Peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesejahteraan lanjut usia di posyandu lansia sejahtera Kelurahan Pasirmuncang. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah (E-Plus)*, 2(2).
- Lubis, I., Rahayu, S., Syafira, L. T., Friska, M., Sinaga, M., Khailila, R., Ananda, R., & Karera, A. I. (2025). Peran kader posyandu dalam meningkatkan partisipasi ibu balita. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 43–48.
- Muslihin, H. Y., Loita, A., Fauziah, Y., Rahmadani, N., & Masturoh, S. (2025). Deteksi dini gizi kurang dan risiko gagal tumbuh: Urgensi pemantauan rutin di usia golden age. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(3), 378–389.
- Rahman, A. (2019). Pendekatan Partisipatif Dalam Pengembangan Komunitas. Modul Pengembangan Komunitas. Bogor: Program Pencanaan Dan Pengembangan Komunitas P4W-LPPM Institutue Pertanian Bogor.
- Rosnah, R., Kasim, S. S., & Faturrahman, T. (2024). Peran Posyandu Lansia dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lanjut usia: Studi di Desa Lakalamba, Kecamatan Sawerigadi, Kabupaten Muna Barat. *Kisi Berkelanjutan: Sains Medis Dan Kesehatan*, 1(4).

- Safitri, N. R., & Rs, S. (2023). Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat Pasca Pandemi Covid-19 Melalui Pos Pelayanan Terpadu. *Tamkin: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 7(1), 93–114.
- Siregar, E. Z. (2021). Peran kader posyandu (pos pelayanan terpadu) sebagai upaya peningkatan kesejahteraan ibu dan anak. *Jurnal At-Taghyir: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Masyarakat Desa*, 3(2), 171–186.
- Vidiasari, V., Pangestu, A. R., Rahmadani, A. M., Maharani, D. W., Indriani, K., Azizah, L. F. N., & Nurdiana, L. F. (2023). Pemantauan Status Gizi Ditinjau Dari Berat Badan, Umur Dan Tinggi Badan Anak Balita. *Journal Buana of Community Health Service*, 1(1), 1–7.
- Wati, I. A. A., Keb, S. T., Keb, M., Luluk, S., Fatmawati, Z., Paunno, M., SiT, S., Shanti, K. M., Gz, S., & Wahyuni, N. E. P. (2025). Asuhan Terpadu Bayi dan Balita: Tumbuh Kembang, Nutrisi, dan Kesehatan. PT Bukuloka Literasi Bangsa.
- Yuniarti, C. A. (2025). Gambaran Kepuasan Masyarakat Terhadap Pelayanan Kesehatan Posyandu Melati Asri 1 Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. *Indonesian Journal of Health Community*, 6(1), 1–11.
- Zafira, A. V. J., & Widiyarta, A. (2025). Partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu di Kota Surabaya. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(7), 7136–7143.
- Zulharman, Z. (2023). Pendekatan Edukatif-Partisipatif Sebagai Upaya Pencegahan Tindak Perundungan Di Madrasah Aliyah Darussalam Bermi. *Jurdar: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 36–39.