



## Penguatan Kapasitas Anggota Keluarga dalam Pendampingan dan Perawatan Orang Sakit di Rumah

Nur Chayati<sup>1</sup>, Fahni Haris<sup>1</sup>, Mahsuna Alfiani<sup>2</sup>, Jajuk Kusumawaty<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya Tamantirto, Bantul, Yogyakarta, Indonesia, 55183

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Profesi, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya Tamantirto, Bantul Yogyakarta, Indonesia, 55183

<sup>3</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis, Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 20, Ciamis, Jawa Barat, Indonesia, 46216

\*Email koresponden: [nur.chayati@umy.ac.id](mailto:nur.chayati@umy.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 17 Aug 2024

Accepted: 28 Okt 2024

Published: 31 Des 2024

#### Kata kunci:

Gizi lansia;

Ketergantungan;

Perawatan di rumah;

Sindrom geriatric;

Tirah baring

#### Keywords:

Bedridden;

Dependency;

Elderly diet;

Geriatric syndrome;

Home care

### ABSTRAK

**Background:** Tata cara merawat anggota keluarga yang sakit lebih banyak didasarkan dari saran orang lain, akses media sosial serta coba-coba. Hal ini menyebabkan beban perawatan anggota keluarga sangat tinggi. Pemberian materi dan pelatihan khusus kepada kader kesehatan dan anggota keluarga yang merawat belum pernah diberikan dari pihak Puskesmas maupun pihak lain. Menyikapi masalah ini, maka kegiatan pemberdayaan masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi tentang perawatan lansia di rumah. **Metode:** Mitra kegiatan ini adalah kelompok Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga Pedukuhan Ngrame. dengan 23 peserta sebagai *caregiver* keluarga dan kader. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi tanya jawab, praktik, serta *home visit* yang dilakukan selama 4 hari. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan nilai pretest dan posttest serta uji beda satu kelompok. **Hasil:** Nilai pretest peserta rata-rata 64,29 dan nilai posttest rata-rata 73,95 (meningkat 15%). Hasil uji beda menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum pelatihan dibanding setelah pelatihan ( $p=0,001$ ). Pelatihan perawatan di rumah memberikan pengaruh yang positif terhadap pengetahuan dan peningkatan keterampilan kader. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian ini menunjukkan peningkatan pemahaman anggota keluarga dan kader tentang kebutuhan dan tata cara merawat pasien di rumah khususnya dengan kondisi tirah baring. Isi materi dan metode yang diterapkan telah sesuai dengan persoalan yang dihadapi masyarakat, serta menunjukkan dampak yang positif terhadap pengetahuan anggota keluarga dan kader.

### ABSTRACT

**Background:** Procedures for caring for sick family members are primarily based on other people's advice, access to social media, and trial and error. This causes the burden of caring for family members to be very high. Unique materials and training for health cadres and family members who care for them have never been provided by the Community Health Center or other parties. This community empowerment activity aims to provide education about caring for older people at home. **Method:** The partner for this activity is the Ngrame Hamlet Family Empowerment and Welfare group, with 23 participants as family caregivers and cadres. Activities were carried out using interactive lecture methods, question-and-answer discussions, practice, and home visits, which were carried out for 4 days. Evaluation is carried out by comparing pretest and posttest scores and one group difference test. **Results:** Participants' average pretest score was 64.29, and average posttest score was 73.95 (an increase of 15%). The test results showed a significant difference between conditions before and after training ( $p=0.001$ ). Home care training has a positive influence on cadres' knowledge and skills

improvement. Conclusion: This service activity shows an increased understanding of family members and cadres about the needs and procedures for caring for patients at home, especially in bed rest conditions. The content of the material and the methods applied are on the problems faced by the community and show a positive impact on the knowledge of family members and cadres.



© 2024 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

## PENDAHULUAN

Jumlah lansia mengalami trend yang semakin naik di Indonesia, sekitar setiap 10 orang penduduk Indonesia 1 diantaranya adalah lansia (Badan Pusat Statistik Kota Pagar Alam, 2024). Lansia di dusun Ngrame menurut data kependudukan jumlahnya lebih dari 100 orang dan yang aktif di kegiatan masyarakat tidak lebih dari 70 orang lansia. Hal tersebut disebabkan karena beberapa faktor antara lain, kondisi fisik tidak memungkinkan, tidak ada keluarga yang menemani untuk mengikuti kegiatan, menderita penyakit kronis yang memerlukan perawatan dan penyebab tidak pasti. Lansia yang mempunyai riwayat penyakit dan pernah di rawat di RS ada 25% dari jumlah lansia dan berisiko membutuhkan bantuan dalam keseharian. Lansia yang memerlukan bantuan dalam keseharian dalam beraktivitas berjumlah kurang dari 10 lansia. Lansia yang kesehariannya dalam kondisi tirah baring di tempat tidur ada 2 orang.

Pedukuhan Ngrame merupakan wilayah administratif di bawah Kalurahan Tamantirto, Kecamatan atau Kapanewon Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Tamantirto berasal dari dua kata yaitu taman yang bermakna kebun dan Tirto yang berarti Air. Penamaan ini diduga karena di kelurahan ini terdapat Sendang Kasihan, yaitu sebuah mata air yang digunakan untuk mandi agar dapat pengasih atau berkah. Desa Tamantirto terdiri dari 10 pedukuhan dengan luas wilayah 672 Ha, merupakan daerah urban yang berbatasan dengan daerah-daerah perkotaan sehingga membutuhkan kesiapan baik material maupun spiritual untuk menampung/memberi pelayanan dari aktivitas masyarakat kota (Kalurahan Tamantirto, 2022).

Pedukuhan atau Desa Ngrame membawahi enam RT yaitu RT 01 Tegalsari, RT 02 Ngrame, RT 03 Mranggen, RT 04 Tundan, RT 05 Gunung Buthak, dan RT 06 perumahan PKU serta perumahan Griya Hinggil. Pedukuhan Ngrame secara geografis dibatasi oleh beberapa wilayah yaitu sebelah utara berbatasan dengan Desa Ambarketawang, Gamping Kabupaten Sleman, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Bangunjiwo, Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul, sebelah barat berbatasan dengan Desa Ambarketawang dan Desa Bangunjiwo, dan sebelah timur dibatasi oleh Desa Ngestiharjo dan Desa Tirtonirmolo. Pedukuhan ini terletak pada ketinggian 80-100 m, dengan sebagian besar wilayah berupa dataran rendah dengan curah hujan mencapai 2.200 meter/tahun dan suhu lingkungan berkisar antara 21 sampai 32 derajat celcius, sehingga memang wilayah ini cenderung berhawa panas (Kalurahan Tamantirto, 2022).

Lansia atau lanjut usia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (>60 tahun). Pada kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu kondisi yang disebut *aging process*. *Aging proses* ditandai dengan menurunnya fungsi dan struktur anatomi tubuh sehingga berdampak lansia tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya baik secara jasmani, rohani maupun sosialnya (World Health Organisation, 2022).

Badan Pusat Statistik melaporkan, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 11,75% pada 2023. Angka tersebut naik 1,27% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Yogyakarta menjadi provinsi dengan persentase penduduk lansia tertinggi, yakni 16,02%. Jawa Timur dan Jawa Tengah menyusul dengan persentase berturut-turut sebesar 15,57% dan 15,05% (Rizatya, 2023).

Secara umum, pelayanan kepada lanjut usia dilakukan oleh kerabat yang paling dekat, misalnya kerabat sedarah, namun ada pula yang dirawat oleh kerabat atas hubungan perkawinan atau adopsi. Pada kenyataannya, pelayanan dilakukan oleh anak, kemenakan dan saudara sepupu atau tetangga/kerabat jauh. Sejauh ini tata cara merawat anggota keluarga yang sakit lebih banyak didasarkan pada saran anggota keluarga lain yang telah berpengalaman, akses media sosial serta banyak juga yang coba-coba. Hal ini menyebabkan beban perawatan anggota keluarga sangat tinggi (Aman et al., 2020; Hazzan et al., 2022). Pemberian materi dan pelatihan khusus kepada kader kesehatan dan anggota keluarga yang merawat selama ini belum pernah diberikan baik dari pihak Puskesmas maupun pihak lain yang kompeten. Menyikapi masalah ini maka Kelompok kerja (Pokja) 4 tentang kesehatan di Tim PKK Pedukuhan Ngrame tergerak untuk menyelenggarakan kegiatan pemberdayaan masyarakat khususnya tentang perawatan lansia di rumah. Kegiatan yang dilaksanakan berbasis masyarakat sehingga melibatkan masyarakat dan keluarga yang memiliki lansia (Mobasseri et al., 2024).

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi 1) Peserta mengetahui proses lansia dan permasalahannya; 2). Peserta mengetahui penyakit pada lansia; 3) Peserta mampu melakukan pertolongan pertama pada kegawatan di lansia; 4) Peserta mampu melakukan perawatan sehari-hari sesuai permasalahan lansia; 5). Peserta mengenali masalah mental pada lansia dan strategi menghadapinya; 6) Peserta mengetahui gizi pada lansia..

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan di kelompok Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga Pedukuhan Ngrame, pada tanggal 11-12 Juni 2024. Durasi total kegiatan adalah 4 hari, 2 hari untuk penyampaian materi dan simulasi (08.00-12.00), 2 hari untuk *home visit* (15.30-17.30). Kegiatan jumlah peserta yang hadir 23 orang terdiri dari anggota keluarga lansia membutuhkan perawatan di rumah serta kader. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi tanya jawab serta praktik selama dua hari, dilanjutkan dengan *home visit* selama 2 hari pula.

Kegiatan hari pertama, diisi dengan pemberian materi tentang lansia dan perubahan-perubahan fisiologis dan psikologisnya, permasalahan kesehatan pada lansia serta gizi yang tepat untuk lansia. Hari pertama ini belum ada sesi simulasi atau praktek. Hari kedua, pemberian materi dengan topik kesehatan mental pada lansia, kondisi kegawatan pada lansia di rumah, dilanjutkan dengan simulasi dan praktek perawatan diri lansia di rumah. Perawatan ini ditujukan pada lansia yang hanya terbaring di atas tempat tidur, meliputi tata cara mandi, cara membantu buang air besar dan kecil, cara mengganti blanket dan sarung bantal tanpa harus memindah pasien.

Hari ketiga dan keempat dilakukan *home visit* terhadap 5 orang lansia yang tersebar di lima RT pedukuhan Ngrame. Pengumpulan data menggunakan kuesioner sejumlah 11 pertanyaan.

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan nilai pretest dan posttest serta dilakukan analisis uji beda satu kelompok berpasangan dengan uji T test dependen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan gabungan metode ceramah, diskusi, simulasi atau praktek dan kunjungan rumah. Kegiatan dengan menggabungkan beberapa metode akan memiliki keuntungan dibandingkan dengan satu metode (Gambar 1 dan 2). Hal ini diperkuat dengan penelitian (Kurianto et al., 2022) yang menyebutkan bahwa pelatihan kader dengan metode demonstrasi merupakan salah satu metode yang efektif untuk mengajarkan keterampilan perawatan paliatif pada kader kesehatan (Kurianto et al., 2022). Hasil analisis data pre test dan post test diperoleh hasil terjadi peningkatan nilai di post test (meningkat 15%). Hasil uji beda menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum pelatihan dibanding setelah pelatihan ( $p=0,001$ ) (Tabel 1).



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Praktik Cara Perawatan Pasien di Rumah

Tabel 1. Rata-rata nilai pengetahuan peserta tentang perawatan lansia di rumah

Pre test Mean±SD	Post test Mean±SD	R (sig)	T test dependen (95% CI)
64,29±16,43	73,95±18,96	0,866 (p=0,001)	p=0,001 (-14,37-((-4,95)

Pasca pemberian pelatihan, pengetahuan peserta mengalami peningkatan dan menunjukkan perbedaan yang signifikan dibanding sebelum pelatihan. Namun peningkatan ini hanya dilihat pada satu kelompok intervensi, karena tidak ada kelompok kontrol. Sebuah penelitian menunjukkan hasil yang berbeda ketika memasukkan kelompok kontrol. Hasil penelitian membuktikan bahwa tidak ada perbedaan bermakna tingkat pengetahuan kader tentang perawatan orang sakit di rumah saat pretest, post-test 1 dan post-test 2 pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi ( $p>0,05$ ). Pelatihan perawatan di rumah memberikan pengaruh yang kecil terhadap pengetahuan kader ( $d>0,2$ ), akan tetapi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan kader dan menunjukkan perbedaan yang bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi terkait keterampilan ROM, keramas, oral hygiene, dan memandikan ( $p<0,05$ ) (Kurianto et al., 2022)

Kunjungan rumah terhadap lima lansia mayoritas menunjukkan lebih banyak beraktivitas dengan duduk atau di atas tempat tidur karena kondisi pasca operasi, stroke, kelemahan jalan dan pikun. Sakit kronis pada lansia menyebabkan lansia mengalami disabilitas yang menyebabkan

ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari (ADL). Keluarga sebagai caregiver lansia merupakan system pendukung paling besar dalam proses perawatan di rumah. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan perawatan sangat dibutuhkan caregiver untuk meningkatkan coping dan menurunkan beban rawat (Kartika et al., 2023).

Kunjungan rumah atau home care menunjukkan manfaat positif yang banyak bagi pasien dan caregiver keluarga. Sebuah studi menyebutkan bahwa home care terbukti mampu meningkatkan kondisi fisik pasien terutama fungsi motorik pasien dan psikologis yaitu mengurangi cemas dan depresi (Chayati et al., 2020). Bagi keluarga, penerapan perawatan berbasis rumah mampu menurunkan kelelahan fisik keluarga. Respon psikologis juga menunjukkan bahwa perawatan berbasis rumah dapat mengurangi kejadian depresi dan tingkat kecemasan keluarga yang merawat. Dampak positif lainnya adalah keluarga merasa terbantu karena pasien bisa lebih mandiri dalam beraktivitas (Stiexs & Chayati, 2021).

Studi sebelumnya menyebutkan bahwa keluarga yang merawat lansia dengan sakit kronis memiliki kesiapan yang baik dalam merawat lansia (nilai mean  $3,91 \pm 0,28$ ), namun terdapat data bahwa keluarga tidak siap ketika menghadapi situasi gawat darurat (nilai mean  $1,63 \pm 0,83$ ). Pemberian pelatihan caregiver menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan dengan nilai mean posttest  $8,48 \pm 1,21$ , meningkat dari nilai mean pretest  $5,21 \pm 1,73$  dan selisih nilai  $3,27$  (Kartika et al., 2023). Beberapa factor turut berkontribusi terhadap kemampuan keluarga dalam merawat pasien di rumah. Penelitian yang dilakukan oleh Sya'diyah et al. menyebutkan bahwa faktor-faktor (yaitu faktor lanjut usia, faktor keluarga, faktor pelayanan kesehatan, nilai keluarga, penilaian keluarga, dan kebutuhan akan perawatan) mempunyai pengaruh yang signifikan baik langsung maupun tidak langsung terhadap kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan lansia dengan demensia di rumah (Sya'diyah et al., 2023). Lebih spesifik, dalam sebuah studi terpisah menyebutkan bahwa self managemen keluarga akan berdampak signifikan terhadap peningkatan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari pasien (Muqarrobil & Chayati, 2021).

Dalam studi yang berbeda disebutkan bahwa ada pengaruh pelatihan terhadap kemandirian caregiver dalam merawat lansia di rumah. Terdapat pula pengaruh pelatihan terhadap pengetahuan caregiver dalam merawat lansia sebelum dan sesudah dilakukannya pelatihan (Sari et al., 2016). Meningkatnya pengetahuan keluarga karena ada proses pelatihan dan akan menjadi lebih efektif apabila stimulus yang diberikan secara intensif dan berkala (Notoatmodjo, 2012).

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan peningkatan pemahaman anggota keluarga dan kader tentang kebutuhan dan tata cara merawat pasien di rumah khususnya dengan kondisi tirah baring. Isi materi dan metode yang diterapkan telah sesuai dengan persoalan yang dihadapi masyarakat, serta menunjukkan dampak yang positif terhadap pengetahuan anggota keluarga dan kader. Keberlanjutan manfaat dari kegiatan ini perlu ditingkatkan dengan menyelenggarakan kegiatan untuk mengevaluasi pengetahuan dan keterampilan kader melalui *event* kompetisi antar kader.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama penulis ditujukan kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat sebagai penyandang dana utama kegiatan ini. Selain itu terimakasih juga kami tujukan pada PKK Pedukuhan Ngrame serta semua peserta baik warga maupun kader yang telah berpartisipasi dan terlibat aktif dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aman, Z., Liew, S., Ramdzan, S., Philp, I., & Khoo, E. (2020). The impact of caregiving on caregivers of older persons and its associated factors: a cross-sectional study. *Singapore Medical Journal*, 61(5), 238–245. <https://doi.org/10.11622/smedj.2019100>
- Badan Pusat Statistik Kota Pagar Alam. (2024). *Statistik Lansia*.
- Chayati, N., Setyopranoto, I., & Effendy, C. (2020). The Effectiveness of Home-Based Care Interventions for Stroke Survivors: A Systematic Review of Physical and Psychological Outcomes. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 20(1), 199–219. <https://doi.org/10.37268/mjphm/vol.20/no.1/art.106>
- Hazzan, A. A., Dauenhauer, J., Follansbee, P., Hazzan, J. O., Allen, K., & Omobepade, I. (2022). Family caregiver quality of life and the care provided to older people living with dementia: qualitative analyses of caregiver interviews. *BMC Geriatrics*, 22(1), 86. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-02787-0>
- Kalurahan Tamantirto. (2022). *Profil kalurahan Tamantirto*.
- Kartika, A., Kumboyono, K., Kristianingrum, N. D., & Hayati, Y. S. (2023). Pelatihan Caregiver untuk Meningkatkan Kesiapan Perawatan Lansia Sakit Kronis di Rumah. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 7(2), 568–578. <https://doi.org/10.29407/ja.v7i2.19236>
- Kurianto, E., Effendy, C., & Noviana, U. (2022). *Pengaruh Pelatihan Palliative Homecare Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Kader Kesehatan dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari Pasien Paliatif*. Universitas Gadjah Mada.
- Mobasseri, K., Allahverdipour, H., Matlabi, H., & Kousha, A. (2024). Experiences regarding Home Care for Older Adults from the Viewpoint of Family, Paid Caregivers, Nurses, and Experts: A Qualitative Study. *Health & Social Care in the Community*, 2024, 1–14. <https://doi.org/10.1155/2024/4591881>
- Muqarrob, A., & Chayati, N. (2021). The effect of self-management interventions on improving the capability of daily living activities (ADL) in stroke patients: a systematic review. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1319–1328. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2909>
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. (Vol. 1, Issue 1). Rineka Cipta.
- Rizaty, M. A. (2023). *Data Persentase Penduduk Lanjut Usia di Indonesia pada 2023*. DataIndonesia.Id.
- Sari, M. M., Said, S., & Malasari, S. (2016). Training of Caregiver Towards Family Independence Level in Caring for Elderly With Hypertension. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 1(1), 1–107.
- Stiexs, A., & Chayati, N. (2021). Study of Physical, Psychological, and Spiritual Impact of Family Caregiver In Home-Based Stroke Treatment: A Systematic Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T4), 236–239. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.5795>
- Sya'diyah, H., Nursalam, N., Mahmudah, M., & Efendy, F. (2023). Structural Model of Family Caregiver for Elderly with Dementia. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 28(6), 730–734. [https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr\\_249\\_21](https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr_249_21)
- World Health Organisation. (2022). *Ageing and health*. 1 October.