

OPTIMALISASI PERAN FAMILY CARE GIVER DALAM SELF- MANAGEMENT HIPERTENSI DI DESA WERDI BHUWANA, MENGWI

Ni Putu Kamaryati¹, Ida Ayu Ningrat Pangruating Diyu², I Wayan Edi Sanjana², I Gede Putu Darma Suyasa¹, Ni Kadek Sutini²

¹Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

²Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Informasi Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima, Nov 6, 2023

Revisi, Des 15, 2023

Disetujui, Des 31, 2023

Kata kunci :

Family caregiver;
Hipertensi;
Pengabdian kepada masyarakat;
Self-management

ABSTRAK

Family caregiver atau sering disebut pengasuh keluarga saat ini memainkan peran penting dalam merawat lansia dengan hipertensi dan memberdayakan mereka untuk merawat diri mereka secara mandiri. Dalam membantu memberikan perawatan bagi lansia sering ditemukan pengasuh keluarga yang stres dengan kondisinya karena harus meluangkan waktunya secara sukarela dan bertanggung jawab sebagai anggota keluarga. Sehingga tidak jarang ditemukan kualitas hidup pengasuh keluarga sangat rendah. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan sederhana dalam membantu lanjut usia bisa merawat dirinya sendiri secara mandiri. Metode yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan ini terbagi menjadi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong, Desa Werdi Bhuwana, Mengwi, Badung. Hasil yang dari kegiatan ini setelah dilakukan pengukuran pre dan post test adalah adanya peningkatan yang signifikan pengetahuan pengasuh keluarga setelah diberikan program edukasi dan pelatihan. Program ini dapat membantu pengasuh keluarga dalam memberikan perawatan mandiri hipertensi pada lansia dengan baik. Diharapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya lebih berfokus dalam pendampingan family caregiver dalam merawat lansia dengan hipertensi di rumah.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Korespondensi Penulis :

Ni Putu kamaryati

Program Studi Magister Keperawatan

Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Email: kamaryati.stikesbali@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah salah satu faktor risiko paling umum untuk penyakit kardiovaskular termasuk penyakit jantung iskemik dan stroke, yang menyebabkan 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menjadi semakin umum di kalangan kelompok usia lanjut usia/lansia. *Family caregiver* atau pengasuh keluarga memainkan peran penting dalam merawat orang tua dan memberdayakan mereka untuk merawat diri mereka secara mandiri (Boonyathee et al., 2021). Manajemen mandiri (*self-management*) pada lansia hipertensi tidak

semata-mata tugas lansia saja melainkan peran pengasuh keluarga sangatlah penting dalam membantu penyembuhan lansia untuk beradaptasi secara mandiri dan menemukan makna hidup dengan kondisinya. Bantuan yang dapat diberikan oleh pengasuh keluarga adalah informasi, finansial, dan perhatian (Kamaryati & Malathum, 2020).

Seangpraw dan Ong-Artborirak (2022) dalam penelitiannya menemukan kualitas hidup pengasuh keluarga sangatlah rendah (52,8%). Hal ini disebabkan karena adanya stres dalam merawat keluarganya yang terkena hipertensi dan pemahaman tentang hipertensi sangat kurang sehingga pengasuh keluarga menganggap perawatan lansia dengan hipertensi di rumah sebagai *burden*/beban dalam hidupnya (Seangpraw & Ong-artborirak, 2022). Oleh karena itu, hal-hal yang ditekankan oleh peneliti sebelumnya adalah pengasuh keluarga bagi lansia dengan hipertensi di masyarakat harus diberikan edukasi tentang tahapan hipertensi, persiapan untuk merawat lansia dengan hipertensi, dan perawatan yang efektif untuk lansia hipertensi. Konsekuensinya kualitas hidup pengasuh keluarga dan lansia sendiri dapat meningkat.

Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong terletak di Desa Werdi Bhuwana, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung, Provinsi Bali. Komunitas kedua banjar tersebut terdiri dari kurang lebih 120 KK dan dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi dari banjar-banjar lainnya di wilayah Desa Werdi Bhuwana. Kasus hipertensi pada lansia tercatat di kedua banjar ini sebanyak 80 orang. Para pengasuh keluarga dengan lansia hipertensi ini bisa dari pasangan lansia, anak laki-laki ataupun anak perempuannya. Dari hasil penelitian yang penulis pernah lakukan di tahun 2021 ditemukan tingkat pendidikan pengasuh keluarga di Kecamatan Mengwi mayoritas sampai sekolah dasar (SD) lebih dari 40%. Sedangkan yang menjadi pengasuh keluarga lebih dari 70% merupakan pasangan lansia sendiri atau anak laki-laki yang tinggal bersama lansia di rumah. Tingkat pengetahuan pengasuh keluarga tentang hipertensi umum didapatkan cukup baik (25%) (Kamaryati, 2022) Dari hasil wawancara di kedua banjar dalam kegiatan Posbindu diperoleh para pengasuh keluarga belum memiliki pengetahuan yang lengkap tentang manajemen mandiri hipertensi. Di samping itu juga para pengasuh keluarga ini belum pernah mendapatkan edukasi dan pelatihan mengkhusus tentang manajemen mandiri hipertensi. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan dalam merawat lansia dengan hipertensi sehingga dengan adanya pengetahuan dan kemampuan yang baik/optimal diharapkan peran pengasuh keluarga ini bisa memberikan perawatan yang baik bagi lansia dengan hipertensi di rumah yang nantinya dapat mengurangi stres dan dapat meningkatkan kualitas hidup pengasuh keluarga.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra yang telah dijabarkan maka solusi yang ditawarkan adalah pemberian edukasi tentang lanjut usia, perubahan, dan permasalahannya, hipertensi umum dengan *warning sign/hypertension crisis*, serta manajemen mandiri hipertensi di rumah. Serta pelatihan tentang manajemen diri: pengenalan pola diet hipertensi, aktivitas fisik, dan manajemen stres. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi dan pelatihan bagi pengasuh keluarga yang memiliki lansia dengan hipertensi di rumah tentang manajemen mandiri hipertensi. Tujuan dari kegiatan ini untuk memberikan pemahaman dan kemampuan berupa *skill* sederhana dalam membantu lansia bisa merawat dirinya sendiri secara mandiri. Disamping untuk mengurangi stress yang dapat menurunkan kualitas hidup pengasuh keluarga.

2. METODE PENELITIAN

Mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pedomantahapan melakukan *action research* sebagai berikut: persiapan, tindakan, dan evaluasi yang secara detail dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan peninjauan ke Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong, Desa Werdi Bhuwana, Kecamatan Mengwi,. Saat peninjauan bertemu dengan *key leader* di banjar serta para kader kesehatan. Selanjutnya penulis mengurus perijinan dan kontrak waktu dengan kelian banjar (pimpinan banjar) dan kader kesehatan terkait

program yang dilaksanakan yaitu pemberian edukasi dan pelatihan tentang *self-management* hipertensi bagi *family caregiver* sehingga peran pengasuh keluarga bisa dioptimalkan.

Berdasarkan permasalahan yang telah disepakati dengan pihak mitra maka target pengabdian masyarakat di Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong, Desa Werdi Bhuwana, Mengwi, Badung adalah para pengasuh keluarga/*family caregiver* untuk lansia dengan hipertensi di rumah yang bertempat tinggal di kedua banjar tersebut. Kriteria sebagai pengasuh keluarga ini adalah seseorang yang memberikan perawatan kepada lansia sebagai bagian dari anggota keluarganya dengan hipertensi dalam hal merawat diri mereka baik memenuhi kebutuhan sehari-hari serta penanganan penyakitnya. Pengasuh keluarga ini yang bisa meluangkan waktunya secara penuh tanpa bayaran.

2. Pelaksanaan

Setelah mendapatkan izin melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, maka penulis menghubungi *key leader* banjar dan kader untuk mendapatkan informasi data dan alamat lengkap serta mengkomunikasikan rencana kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peserta dari kegiatan ini adalah *family caregiver*/pengasuh keluarga lansia dengan hipertensi di rumah. Dari data registrasi di puskesmas pembantu (Pustu) dan Puskesmas Mengwi I didapatkan lansia dengan hipertensi sebanyak 30 orang. Peserta yang ikut dibuatkan group *WhatsApp* (WA) untuk memudahkan komunikasi dan *sharing* materi serta pengalaman dari peserta. Selanjutnya peserta mendapatkan edukasi dan pelatihan sederhana dari penulis dan Tim ITEKES Bali mengenai beberapa materi (Tabel 1).

Tabel 1. Materi Edukasi dan Pelatihan Pengabdian kepada Masyarakat

Materi Edukasi	Materi Pelatihan
1. Lanjut usia: perubahan dan komorbiditasnya	1. Pengenalan makanan yang sehat untuk klien hipertensi
2. Hipertensi umum dan <i>warning sign</i>	2. Pengukuran tekanan darah
3. Manajemen mandiri klien hipertensi di rumah: aktivitas, diet, dan penurunan stress	



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Werdi Bhuwana



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan edukasi dan pelatihan sederhana tentang *self-management* hipertensi bagi pengasuh keluarga

Pada Hari Sabtu, 25 Februari 2023 dilakukan kegiatan kepada masyarakat di Ruang Pertemuan Kantor Prebikel Desa Werdi Bhuna secara luring/*offline*. Sebelum dilakukan edukasi dan pelatihan peserta diberikan *pre-test* dan *post-test* dilaksanakan setelah diberikan edukasi dan pelatihan. *Post-test* dilakukan setelah edukasi dan pelatihan. Materi *pre-test* dan *post-test* mengenai pemahaman pengasuh keluarga terhadap perawatan mandiri klien dengan hipertensi. Selama kegiatan berlangsung juga disediakan fasilitas berupa *leaflet* serta materi.

3. Evaluasi

Tahapan evaluasi dilakukan dengan teknik observasi, monitoring, dan evaluasi. Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan menggunakan instrumen dan monitoring berupa *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 2. Evaluasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

No.	Kegiatan	Sasaran
1	<i>Pre-test</i>	Dilakukan di awal program
2	<i>Post-test</i>	Dilakukan di akhir program

Di samping itu, tindakan refleksi juga dilakukan merupakan bagian dari evaluasi. Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui

kekurangan dan kelebihan selama program pengabdian masyarakat di Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong, Desa Werdi Bhuwana, Mengwi dilaksanakan sehingga dapat memberikan rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya. Refleksi ini dilakukan dengan cara mewawancarai beberapa peserta dan Bapak Perbekel sebagai pimpinan di Desa Werdi Bhuwana. Pertanyaan yang diajukan disesuaikan dengan tujuan kegiatan, ketercapaian kegiatan ini, dan harapan yang diinginkan selanjutnya oleh pengurus Desa dan peserta dimana diharapkan penulis melanjutkan kegiatan ini secara regular/rutin untuk mengimplementasikan edukasi dan pelatihan yang telah diberikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam pengabdian masyarakat ini adalah pengasuh keluarga (*family care giver*) yang merawat lansia dengan hipertensi. Mayoritas pengasuh keluarga adalah berjenis kelamin perempuan (80%), sudah menikah (96,7%), pendidikan terakhir SMA/SMK (43,3%), pekerjaan sebagai IRT (56,7%), dan beragama Hindu (96,7%). Pengasuh keluarga ini juga sebagian besar masih bekerja (50%) dengan pendapatan < Rp. 1.000.000 (76,7%) dan semua memiliki asuransi kesehatannya dari pemerintah (JKN) (100%). Namun, sebagian kecil dari mereka memiliki riwayat hipertensi (20%). Rata-rata usia pengasuh keluarga ini adalah 47,97 tahun dengan range (25 – 71 tahun).

Pelaksanaan edukasi dan pelatihan dasar pada pengasuh keluarga lansia dengan hipertensi dapat berjalan sesuai dengan rencana selama 1 hari. Peserta yang hadir dari kedua banjar di Desa Werdi Bhuwana, yaitu Banjar Sayan Baleran dan Banjar Binong. Acara ini juga dihadiri oleh pihak desa, kader, dan perwakilan pustu. Adapun materi yang diberikan berupa pengetahuan tentang hipertensi dan perawatan manajemen mandiri di rumah, mengenal penyakit hipertensi kritis, dan pelatihan pengukuran tekanan darah, pengenalan makanan sehat, dan manajemen stres.

Untuk evaluasi program dilaksanakan dengan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur keberhasilan program. Dari hasil evaluasi didapatkan rata-rata *pre-test* dan *post-test* adalah 14,07 (SD = 3,93) dan 19,23 (SD= 2,32). Setelah dilakukan analisa dengan menggunakan SPSS dengan *paired t test*, maka didapatkanlah $t = -7,56$, $p \text{ value} = < ,001$. Hal ini berarti adanya peningkatan yang signifikan pengetahuan pengasuh keluarga setelah diberikan program edukasi dan pelatihan ini. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Hal ini didukung dari rerata tingkat pengetahuan pengasuh keluarga dari evaluasi *pre-test* ke *post-test*.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Werdi Bhuwana terlaksana secara baik dengan kedatangan 30 peserta dari 2 banjar dengan angka hipertensi tertinggi. Program edukasi dan pelatihan sederhana memberikan dampak yang signifikan untuk tingkat pengetahuan pengasuh keluarga. Hal yang sama juga disampaikan dalam studi sebelumnya bahwa pemberian edukasi atau penyuluhan kesehatan kepada masyarakat memberikan efek positif bagi peningkatan kemampuan keluarga dengan hipertensi (Adiatman, 2020; Amalia et al, 2021; Ekarini et al, 2022). Dengan meningkatkannya kemampuan pengetahuan dan keterampilan sederhana dari pengasuh keluarga maka akan dapat memberikan dukungan (*support system*) bagi lansia yang menderita hipertensi (Masnah & Daryono, 2022). Hasil akhirnya dapat memberikan peningkatan pada kepatuhan lansia dalam pengobatan dan manajemen mandiri di rumah. Sehingga tekanan darah dapat terkontrol dan kualitas hidup lansia dapat meningkat.

4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di kantor perbekel Desa Werdi Bhuwana dengan peserta 30 pengasuh keluarga lansia dengan hipertensi. Program ini sangat efektif dalam peningkatan tingkat pengetahuan peserta tentang hipertensi, manajemen mandiri di rumah, dan pelatihan sederhana dalam pengukuran tekanan darah, diet sehat, dan manajemen stress. Diharapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya lebih berfokus dalam pendampingan family caregiver dalam merawat lansia dengan hipertensi di rumah.

REFERENSI

- Adiatman, A. Y. N. (2020). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf111302> Efektifitas Edukasi dalam Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Adiatman. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(1), 228–232.
- Amalia, R. N., Arini, T., Kusumasari, R. V., & Daruwati, C. E. (2021). Pengaruh Edukasi Keluarga Tentang Manajemen Hipertensi Terhadap Self Managemen Hipertensi di Desa Ringinharjo, Bantul, Yogyakarta. *JURNAL KEPERAWATAN AKPER YKY YOGYAKARTA*, 13(2), 66-74.
- Boonyathee, S., Seangpraw, K., Ong-Artborirak, P., Auttama, N., Tonchoy, P., Kantow, S., Bootsikeaw, S., Choowanthanapakorn, M., Panta, P., & Dokpuang, D. (2021). Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community. *PLoS ONE*, 16(11), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259697>
- Ekarini, N. L. P., Haeriyanto, S., Krisanty, P., Yarden, N., & Suratun, S. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Penatalaksanaan Hipertensi Pada Usia Dewasa Terhadap Kemampuan Mengontrol Hipertensi. *PROSIDING SEMNAS HILIRISASI HASIL PENELITIAN DAN PENGABDIANMASYARAKAT TAHUN 2022*, 109-117.
- Kamaryati, N. P. (2022). *Effects of a self – and family management for blood pressure control program on health outcomes in Balinese older people with uncontrolled hypertension, PhD Thesis. Mahidol University.*
- Kamaryati, N. P., & Malathum, P. (2020). Family support: A concept analysis. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 24(3), 403–411.
- Masnah, C., & Daryono, D. (2022). Efektivitas Media Edukasi Booklet dalam Meningkatkan Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(03), 213–222. <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i03.1237>
- Schulz, R. & Eden, J. (2016).; Families Caring for an Aging America. Committee on Family Caregiving for Older Adults; Board on Health Care Services; Health and Medicine Division; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine
- Seangpraw, K. & Ong-artborirak, P. (2022). *Knowledge and Behaviors Toward Health Care for Elderly Patients with Hypertension , and Quality of Life Among Informal Caregivers in Northern Knowledge and Behaviors Toward Health Care for Elderly Patients with Hypertension , and Quality of Life Among Inf.* <https://doi.org/10.2147/JMDH.S284886>