

PEMBERDAYAAN KELUARGA SEBAGAI PENDAMPING YANG SABAR, BERJUANG DAN BERTAHAN (SAJUTA) DALAM MERAWAT LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA CINANJUNG TANJUNGSARI SUMEDANG

*Family Empowerment As A Companion Who Is Patient, Fighting And Surviving
(Sajuta) In Treating Elderly With Hypertension In Cinanjung Tanjungsari Sumedang*

Supriadi*, Susi Susanti, Yogasliana Fathudin
Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Bandung, Indonesia

*Email: supriadifalah@gmail.com

ABSTRAK

Data *Global Status Report on Non Communicable Diseases* 2019 dari WHO menyebutkan 40% Negara berkembang memiliki penderita hipertensi, di kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita hipertensi. ¹ dan lebih dari 25% orang Indonesia menderita hipertensi, namun hanya 10% yang mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi.² Tatalaksana penyakit hipertensi dengan tepat dapat mencegah munculnya komplikasi hipertensi ³. Dalam penatalaksanaan hipertensi, lansia membutuhkan dukungan dan motivasi dari keluarga, petugas kesehatan dan kader ⁴. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan keluarga dalam merawat lansia hipertensi dengan sabar, berjuang dan bertahan (SAJUTA). Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pelatihan kepada kader dan pendampingan pada keluarga tentang merawat lansia hipertensi dengan sabar, berjuang dan bertahan (SAJUTA). Sasaran kegiatan ini adalah 20 orang kader dan 20 keluarga lansia hipertensi. Lokasi kegiatan adalah Desa Cinanjung Tanjungsari Sumedang. Hasil dari kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader dari rerata skor 76,4 menjadi 86,7 (naik 10,3 poin) dan peningkatan pengetahuan keluarga dari 50,5 menjadi 64,5 (naik 14 poin). Kader dan keluarga diharapkan dapat merawat lansia hipertensi sehingga tekanan darah lansia terkontrol dan terhindar dari komplikasi.

Kata kunci: Pemberdayaan, Kader, Keluarga, Lansia, Hipertensi

ABSTRACK

Data from the Global Status Report on Non Communicable Diseases 2019 from WHO states that 40% of developing countries have hypertension sufferers, in the Southeast Asian region 36% of adults suffer from hypertension. (Ministry of Health R1, 2019) and more than 25% of Indonesians suffer from hypertension, but only 10% know that they have hypertension. (Ministry of Health RI, 2018). Proper management of hypertension can prevent complications from hypertension (Ministry of Health, 2019). In the management of hypertension, the elderly need support and motivation from family, health workers and cadres (Sudiantara et al., 2022). The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of cadres and families in caring for the elderly with hypertension patiently, fighting and surviving (SAJUTA). The method used in this community service activity is to provide training to cadres and assistance to families about caring for elderly hypertension patiently, fighting and surviving (SAJUTA). The target of this activity is 20 cadres and 20 families of hypertensive elderly. The location of the activity is the village of Cinanjung Tanjungsari Sumedang. The results of the

activity showed an increase in knowledge of cadres from an average score of 76.4 to 86.7 (up 10.3 points) and an increase in family knowledge from 50.5 to 64.5 (up 14 points). Cadres and families are expected to be able to care for the elderly with hypertension so that the elderly's blood pressure is controlled and avoid complications.

Keywords: Empowerment, Cadre, Family, Elderly, Hypertension

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan proses yang fisiologis namun berjalan progresif dan *irreversible* sehingga menimbulkan gangguan kronik, baik terhadap fisik maupun kejiwaan⁵. Pada kebanyakan tulisan di negara barat beberapa dekade yang lalu gambaran mengenai lanjut usia menunjukkan sesuatu yang negatif sebagai akibat kemunduran fisik maupun mental, lanjut usia menjadi hal yang menakutkan sehingga pada akhirnya mereka di isolasi⁶. Lain halnya di Indonesia, dilihat dari hubungan keluarga, penduduk lanjut usia masih dalam kondisi yang relatif menyenangkan⁷. Mereka berada dalam keluarga (*extended family*), dan budaya bangsa Indonesia pada umumnya masih menghargai orang tua sebagai manusia yang harus dihormati dan disayangi anak-anaknya⁸.

Seiring dengan bertambahnya usia, maka lanjut usia seringkali memiliki keterbatasan fisik dan kerentanan terhadap penyakit. Secara alami bertambahnya usia akan mengakibatkan adanya perubahan atau degeneratif dengan manifestasi beberapa penyakit tertentu. Kemunduran yang terjadi pada lansia bermula dari proses degenerasi sel-sel tubuh. Sel menjadi lebih sedikit jumlahnya, sedangkan ukurannya lebih besar, jumlah cairan tubuh berkurang sehingga mekanisme perbaikan sel terganggu. Dari perubahan sel tersebut akan berdampak pada jaringan atau organ tubuh⁹.

Data *Global Status Report on Non Communicable Diseases* 2019 dari WHO menyebutkan 40% negara berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju 35%. Di Kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita hipertensi¹. Lebih dari 25% orang Indonesia menderita hipertensi, namun

hanya 10% yang mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi². Mereka mengetahui melalui diagnosis tenaga kesehatan. "ini sangat mengawatirkan. Mengapa ? Angka kematian kasus (*fatality rate case*) penyakit cardiovascular yang sangat erat dengan hipertensi, yang dirawat di rumah sakit menempati urutan teratas dibandingkan dengan penyakit lainnya. Tingginya kasus hipertensi ini dipicu oleh perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia, bukan hanya mereka yang hidup di daerah perkotaan tetapi juga yang berada di pedesaan¹⁰. Penelitian-penelitian membuktikan bahwa variabilitas tekanan darah ternyata tidak kalah penting dalam memprediksi risiko. Rekomendasi *guideline* dalam diagnosis dan pengelolaan hipertensi masih berdasarkan pengukuran tekanan darah klinis secara terisolasi¹. Penyakit darah tinggi tentu bisa dicegah dengan merubah gaya hidup. Kementerian Kesehatan berupaya meningkatkan *self awareness* melalui kegiatan pos pembinaan terpadu penyakit tidak menular (Pos Bindu PTM) dibawah pembinaan Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas)¹¹.

Puskesmas merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya¹². Puskesmas Margajaya telah mengembangkan Program Indonesia Sehat Pendekatan Keluarga (PIS-PK), khususnya terkait dengan upaya pencegahan penyakit tidak menular, dengan fokus pada hipertensi melalui pendekatan keluarga. Pendekatan keluarga adalah salah satu cara Puskesmas untuk meningkatkan

jangkauan sasaran dan mendekatkan/meningkatkan akses pelayanan kesehatan di wilayah kerjanya dengan mendatangi keluarga¹³. Puskesmas tidak hanya menyelenggarakan pelayanan kesehatan di dalam gedung, melainkan juga keluar gedung dengan mengunjungi keluarga di wilayah kerjanya.

Kegiatan rutin PIS-PK diantaranya menganalisis, merumuskan intervensi masalah kesehatan, melaksanakan penyuluhan kesehatan melalui kunjungan rumah oleh pembina keluarga atau kader dan keluarga sendiri. Berdasarkan hal tersebut, maka penulis tertarik untuk melaksanakan pemberdayaan keluarga sebagai pendamping yang sabar, berjuang dan bertahan (SAJUTA) dalam merawat lansia dengan hipertensi di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang. Selama ini Puskesmas Margajaya telah melakukan pembinaan terhadap kesehatan lansia, namun dalam pengelolaan belum optimal, pengelolaan kesehatan lansia lebih rutinitas pada sistem pelayanan lima meja. Pengelolaan kesehatan lansia seyogyanya lebih berorientasi pada upaya promotif dan preventif dengan memberdayakan kader dan keluarga. Kader yang ada kurang pengetahuan dan pemahaman tentang pengelolaan hipertensi sebagai upaya prevensi skunder, sehingga masalah hipertensi cenderung semakin meningkat atau bahkan mengalami komplikasi.

Luaran dari program ini adalah tersedianya modul yang dapat digunakan oleh kader dan keluarga serta meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader dan keluarga dalam merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA serta diharapkan keluarga akhirnya mampu merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tentang “Pemberdayaan Keluarga Sebagai Pendamping yang Sabar, Berjuang dan Bertahan (SAJUTA) dalam merawat Lansia

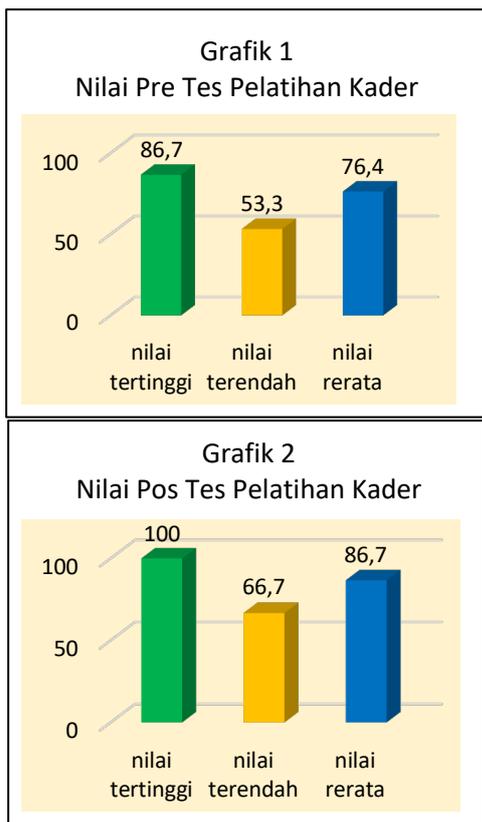
dengan Hipertensi di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang” ini adalah Pelatihan Kader dan Pendampingan Keluarga. Pelatihan kader diawali dengan pre tes, kemudian proses pelatihan terkait merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA, dan diakhiri dengan pos tes. Kegiatan pendampingan dilakukan oleh kader yang telah dilatih terhadap keluarga sehingga keluarga memiliki kemampuan merawat lansia hipertensi. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner (soal) pre dan pos tes terkait merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA.

HASIL

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang “Pemberdayaan Keluarga Sebagai Pendamping yang Sabar, Berjuang dan Bertahan (SAJUTA) dalam merawat Lansia dengan Hipertensi di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang” sebagai berikut:

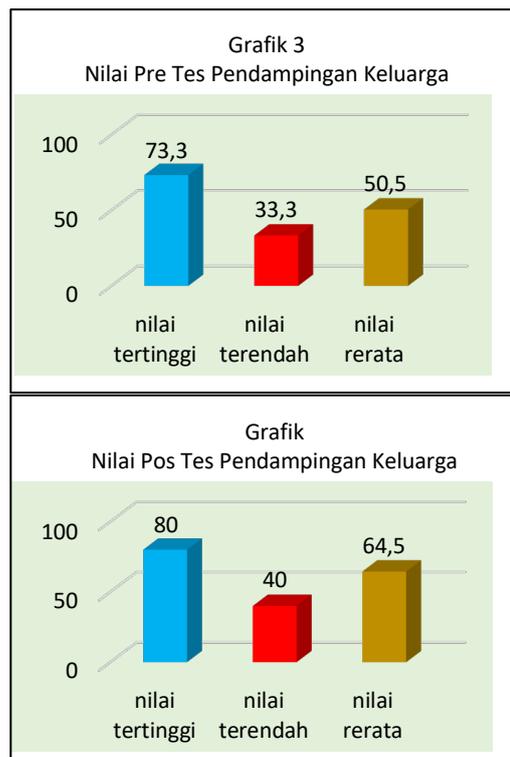
1. Pelatihan Kader





Berdasarkan grafik 1 dan 2 terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan kader dalam merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang. Terjadi peningkatan rerata nilai dari pre tes ke pos tes 10,3 poin. Semua kader mampu mengikuti uraian materi dan latihan merawat lansia hipertensi.

2. Pendampingan Keluarga



Berdasarkan grafik 3 dan 4 terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan keluarga dalam merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang. Terjadi peningkatan rerata nilai dari pre tes ke pos tes 14 poin. Semua keluarga mampu mengikuti uraian materi dan latihan merawat lansia hipertensi dari kader.

PEMBAHASAN

Kegiatan pemberdayaan keluarga dalam merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan kader dalam merawat lansia hipertensi dengan peningkatan 10,3 dari pre tes dan pos tes, sedangkan pada keluarga terjadi peningkatan 14 poin. Pemberdayaan masyarakat adalah upaya mengembangkan kemandirian dan kesejahteraan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan sesuai dengan esensi masalah dan prioritas kebutuhan masyarakat⁷. Aktifitas untuk meningkatkan

pengetahuan dan keterampilan tersebut antara lain melalui pelatihan dan pendampingan, terutama dalam menghadapi penyakit kronis seperti hipertensi.

Hipertensi merupakan kondisi kronis dimana tekanan darah meningkat. Penerapan pola hidup sehat mutlak diperlukan untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup klien hipertensi³. Membiarkan hipertensi berarti membiarkan jantung bekerja lebih keras dan proses kerusakan dinding pembuluh darah berlangsung dengan lebih cepat¹⁴. Hipertensi meningkatkan risiko penyakit jantung dua kali dan meningkatkan risiko stroke delapan kali dibanding dengan orang yang tidak mengalami hipertensi¹⁰.

Penelitian juga menunjukkan bahwa hipertensi dapat mengecilkan volume otak, sehingga mengakibatkan penurunan fungsi kognitif dan intelektual, bahkan dampak paling parah berupa kematian mendadak¹⁵. Untuk menghindari komplikasi hipertensi, penting untuk mengelolanya secara baik yakni merawatnya dengan SAJUTA. Upaya pelatihan kader ditindak lanjuti dengan pendampingan merupakan bentuk pemberdayaan sampai ke tatanan operasional, yakni keluarga sebagai orang yang sehari-hari bersama klien hipertensi. Diharapkan kader dan keluarga yang telah memiliki kemampuan merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA dapat terus menerapkannya, sehingga pemerintah, khususnya Puskesmas terbantu dalam upaya menyehatkan warga yang ada di wilayah kerjanya.

Pengetahuan diperoleh setelah seseorang melalui proses penginderaan terhadap suatu objek¹⁶. Kurangnya pengetahuan dapat dipengaruhi oleh minimnya informasi yang diterima, dengan demikian kemitraan di tingkat operasional diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan terkait merawat lansia hipertensi dengan SAJUTA. Keluarga menjadi salah satu sasaran pada kegiatan pengabdian ini karena menurut beberapa penelitian dukungan keluarga dibutuhkan oleh lansia untuk patuh dalam perawatan

dan pengobatan⁴. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan secara baik serta menunjukkan kepedulian kepada anggota keluarga dalam pengelolaan hipertensi¹⁷. Perhatian anggota keluarga terbukti klien dapat menjalani dan menikmati hidup bersama hipertensi¹⁶.

KESIMPULAN

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) tentang Pemberdayaan Keluarga Sebagai Pendamping yang Sabar, Berjuang dan Bertahan (SAJUTA) dalam merawat Lansia dengan Hipertensi di Desa Cinanjung Tanjungsari Kabupaten Sumedang, disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam merawat lansia dengan SAJUTA, nilai rerata sebelum pelatihan 76,4 dan setelah pelatihan menjadi 86,7. Pemahaman keluarga dalam merawat lansia dengan SAJUTA, nilai rerata sebelum diberi pendampingan 50,5 dan setelah pendampingan menjadi 64,5. Kader dan keluarga telah memiliki keterampilan dalam merawat lansia hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*.; 2019.
2. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*. 2018;53(9):1689-1699.
3. Kemenkes. Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular. Published online 2019:2.
4. Sudiantara K, Ayu Henny Achjar K, Gama IK. Pemberdayaan Kader Dan Keluarga Dalam Pengelolaan Hipertensi Lansia Untuk Meningkatkan Status Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2022;2(2):155-163. doi:10.52436/1.jpmpi.473

5. Imam Subekti, Suyanto E, Nataliswati T. Keperawatan Usia Lanjut. *Suparyanto dan Rosad (2015. 2020;5(3):248-253.*
6. Damanik SMelfa, Hasian. Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik. *Universitas Kristen Indonesia. Published online 2019:26-127.*
7. Utari D, Ferianto F, Suwarno S, Savitri W. Pemberdayaan Kader Dan Keluarga Dalam Peningkatan Komunikasi Efektif Pada Lansia. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ. 2023;10(1):66-71. doi:10.32699/ppkm.v10i1.3756*
8. Prihati K, Fatmawati BR, Arifin Z. Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Kepatuhan Terapi Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram. 2022;12(02):45-54. doi:10.57267/jisym.v12i02.188*
9. Kementerian Kesehatan RI. Infodatin Lanjut Usia (lansia). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Published online 2016:12.*
10. Ajeng, Setyawan & AU. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Ketidakepatuhan Berobat Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan 2015;09(2):115-125.*
11. Nugraha DP, Amalia A, Oktafiona EW, Alifa AR, Ernawati E, Maurizka IO. Pemberdayaan Masyarakat Dengan Menggunakan Pillbox Dalam Rangka Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Di Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung. *Journal of Community Srvvice. 2022;1(2):1-6.*
12. Peraturan Menteri Kesehatan RI No 43 tahun 2019. Peraturan Menteri Kesehatan RI No 43 tahun 2019 tentang Puskesmas. *Peraturan Menteri Kesehatan RI No 43 tahun 2019 tentang Puskesmas. 2019;Nomor 65(879):2004-2006.*
13. *Buku_Monitoring_dan_Evaluasi_PIS_PK.pdf.*
14. Astiarani Y, Kurniawan F, Wiraharja RS, Fitriah N. PROGRAM PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI BERBASIS KELUARGA DI PENJARINGAN , JAKARTA UTARA Latar Belakang Metode Pemecahan Masalah. *2023;01(01):38-47.*
15. Yulanda NA, Maulana MA, Fradianto I, Priyono D. Pemberdayaan Masyarakat Mengenai Kepatuhan Diet dan Pengobatan Hipertensi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat. 2021;6(4):340-347. doi:10.33084/pengabdianmu.v6i4.1839*
16. Yusetyani L, Inayah AF, Asmiati E. Pemberdayaan Masyarakat dalam Mencegah Komplikasi Hipertensi dengan Metode DAGUSIBU Obat-Obat Antihipertensi. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat). 2022;5(1):145. doi:10.30595/jppm.v5i1.9515*
17. Zulfitri R, Indriati G, Amir Y, Nauli FA. Pemberdayaan Keluarga Sadar Hipertensi (Gadarsi) Dalam Peningkatan Gaya Hidup Sehat Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia. 2019;9(2):182. doi:10.31258/jni.9.2.182-188*