



MODUL PENGELOLAAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI BALI



**POLTEKES KEMENKES DENPASAR
TAHUN 2021**



MODUL PENGELOLAAN HIPERTENSI PADA LANSIA



Disusun oleh :

Ketut Sudiantara, A Per Pen, S Kep, Ns, M Kes

Dr.Komang Ayu Henny Achjar, SKM, M Kep, Sp.Kom

I Ketut Gama, SKM, M Kes

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
TAHUN 2021**

KATA PENGANTAR

Atas asungkerta nugraha kami haturkan kehadiran Personalitas Tuhan Yang Maha Esa atas karuniaNya. Panduan Pendampingan Keluarga oleh Kader Dalam Pengelolaan Hipertensi Pada Lansia ini dapat terselesaikan. Panduan pendampingan ini disusun sebagai acuan bagi kader lansia di Desa Tibubeneng dalam melakukan pendampingan keluarga memantau pengelolaan hipertensi yang dilakukan keluarga kepada lansia.

Terimakasih kami sampaikan kepada berbagai pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian panduan ini. Kami mengharapkan panduan pendampingan ini bermanfaat bagi pihak yang terkait. Harapan juga kepada keluarga dan lansia agar dapat melakukan kegiatan dalam rangka pengelolaan hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi lanjut dan memaksimalkan peran keluarga dalam mendukung lansia, sehingga status kesehatan lansia menjadi lebih baik.

Tibubeneng, Mei 2021

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	v
A. Pendahuluan.....	1
B. Pendampingan Keluarga.....	2
1. Deskripsi.....	2
2. Tujuan.....	3
3. Sasaran.....	3
4. Manfaat.....	3
C. Strategi Pendampingan.....	3
1. Langkah-langkah Pendampingan.....	4
2. Petunjuk Pendampingan.....	5
D. Monitoring Dan Evaluasi Pendampingan Keluarga.....	6
1. Tujuan.....	6
2. Hasil yang Diharapkan.....	7
3. Langkah-langkah Kegiatan.....	7
E. Penutup.....	8
F. Daftar Pustaka.....	9

**PANDUAN
PENDAMPING KELUARGA OLEH KADER
DALAM PENGELOLAAN HIPERTENSI PADA LANSIA**

A. Pendahuluan

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia memberikan konsekuensi timbulnya permasalahan-permasalahan yang dialami lanjut usia, meliputi permasalahan secara fisik, sosial, psikologi, dan ekonomi. Keluarga memegang peranan yang sangat penting untuk dapat mengembalikan kepercayaan lanjut usia agar merasa masih dibutuhkan dan mampu berdayaguna, baik di lingkungan keluarga maupun menjalankan fungsi-fungsi sosialnya dengan baik dan dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

Pada kenyataannya di masyarakat masih banyak ditemukan keluarga lanjut usia yang belum memahami kebutuhan lanjut usia, mengingat kebutuhan lanjut usia tidak sebatas tercukupi makan, minum, dan menjaga kesehatan fisik saja, tetapi juga diperlukan kepedulian keluarga didalam pemenuhan kebutuhan psikososialnya.

Mengingat hal tersebut, dalam rangka meningkatkan kualitas hidup dan keberfungsian sosial lanjut usia, maka keluarga perlu ditingkatkan kemampuannya dalam merawat lansia dengan berbagai masalah yang dialami lansia sehingga mampu meningkatkan status kesehatan lansia secara optimal. Keluarga perlu didampingi agar lebih terpantau kegiatan yang dilakukan kepada lansia.

Pendampingan keluarga merupakan kegiatan yang diyakini mampu mendorong terjadinya pemberdayaan keluarga secara optimal. Diperlukan

peran pendamping yang mampu memfasilitasi dan memotivasi keluarga untuk melakukan perawatan pada lansia. Oleh karenanya para pendamping harus dipersiapkan dengan baik agar memiliki kemampuan untuk memfasilitasi dengan memanfaatkan sumber-sumber yang ada di masyarakat.

Panduan ini merupakan acuan bagi kader lansia dalam memantau pengelolaan hiperensi yang dilakukan oleh keluarga kepada lansia di keluarganya.

B. Pendamping Keluarga

1. Deskripsi

Pendamping adalah suatu proses dimana terdapat suatu hubungan antara pendamping dan yang didampingi, dimana mereka akan bersama-sama berdasarkan suatu rencana yang telah disusun mencapai tujuan-tujuan tertentu. Pendampingan dilakukan dalam rangka pemberdayaan keluarga (*family empowerment*) yang merupakan suatu proses atau upaya untuk menumbuhkan pengetahuan, kesadaran, dan kemauan keluarga dalam memelihara dan meningkatkan status kesehatan anggota keluarganya. Untuk dapat mendampingi keluarga dengan baik, maka sebagai kader lansia harus memiliki ketrampilan komunikasi dan sosial yang baik. Karena mereka harus dapat bereaksi dengan cara yang tepat terhadap kebutuhan perawatan pada saat pendampingan dalam memecahkan berbagai masalah kesehatan.

2. Tujuan

Memberikan gambaran tentang pelaksanaan pendampingan yang dilakukan kader lansia kepada keluarga dalam pengelolaan hipertensi lansia di rumah.

3. Sasaran

Keluarga sebagai caregiver (pelaku rawat) utama yang merawat lansia di rumah, berusia dewasa, bisa membaca dan menulis.

4. Manfaat

- a. Memberikan kemudahan bagi kader lansia dalam melakukan pemantauan kegiatan pengelolaan hipertensi yang dilakukan keluarga lansia
- b. Meningkatkan rasa percaya diri keluarga dalam memberikan motivasi dan dukungan kepada lansia untuk melakukan kegiatan pengontrolan hipertensi.

C. Strategi Pendampingan

Kader lansia sebagai pendamping keluarga dalam melaksanakan tugasnya memiliki tahapan – tahapan yang harus dilalui. Mereka dituntut untuk mampu menguasai teknik-teknik pendampingan dan juga teknik-teknik lain yang ada kaitannya dengan pengelolaan hipertensi pada lansia. Peran yang dimiliki pendamping keluarga sebagai pelaksana langsung, motivator dan fasilitator sehingga keluarga memiliki keyakinan dan kesadaran dalam membantu lansia memelihara kesehatannya.

Dengan adanya pendamping, diharapkan keluarga mampu menjalankan fungsi keluarga dan tugas pemeliharaan kesehatan keluarga dengan optimal. Pendampingan dapat menjadi tempat berbagi rasa dan

pengalaman, sehingga menumbuhkan rasa percaya diri keluarga dalam merawat lansia.

1. Langkah-langkah pendampingan

a. Persiapan

- 1) Kader menghubungi keluarga yang menjadi tanggung jawabnya untuk menyepakati waktu pendampingan yang dilakukan 2 kali seminggu
- 2) Kader menyiapkan buku catatan dan alat tulis untuk keperluan mencatat masalah atau hambatan yang ditemukan yang akan dilaporkan kepada perawat

b. Pelaksanaan

- 1) Kader mengunjungi rumah keluarga dengan membuat kontrak waktu kunjungan 2 kali seminggu
- 2) Kader menanyakan apa yang telah dilakukan keluarga dalam membantu mengatasi masalah hipertensi lansia
- 3) Kader mengecek buku kerja keluarga yang telah diisi
- 4) Kader mencatat masalah atau hambatan yang ditemukan dalam melakukan pendampingan
- 5) Kader melaporkan masalah atau hambatan kepada perawat untuk ditindaklanjuti

c. evaluasi

- 1) Kader melakukan penilaian terhadap kemampuan keluarga dalam merawat lansia dengan menanyakan respon lansia
- 2) Kader mengobservasi kemampuan keluarga melalui komunikasi yang dilakukan keluarga dengan lansia serta kegiatan yang telah dilatih

- 3) Kader mengecek kemampuan keluarga melakukan pencatatan terhadap kegiatan yang dilakukan melalui buku kerja keluarga

2. Petunjuk Pendampingan

- a. Bacalah panduan pendampingan dengan teliti dan ikuti langkah-langkahnya dengan benar
- b. Persiapkan diri dengan membaca modul dan buku kerja keluarga
- c. Persiapkan peralatan dan buku catatan sebelum melakukan pendampingan
- d. Lakukan pendampingan sesuai jadwal yang telah disepakati mengikuti langkah-langkah pendampingan
- e. Catat semua keluhan yang dirasakan keluarga maupun lansia serta tindakan yang sudah dilakukan dalam buku catatan
- f. Periksa secara teliti buku kerja keluarga dan catat jika ada ketidaksesuaian
- g. Dukungan tindakan positif yang telah dilakukan keluarga kepada lansia
- h. Berikan motivasi kepada keluarga dalam merawat lansia dengan hipertensi
- i. Bantu keluarga mencari solusi jika masalah yang dirasakan perlu penanganan mendesak
- j. Laporkan semua masalah atau hambatan yang ditemukan selama pendampingan kepada perawat
- k. Perawat mendiskusikan masalah yang ditemukan oleh kader dan mencari cara penyelesaian masalah sesuai dengan kondisi keluarga

D. Monitoring dan Evaluasi Pendampingan Keluarga

Monitoring dan evaluasi dilakukan oleh penanggung jawab program lansia puskesmas beserta tim untuk menilai keterlaksanaan kegiatan pendampingan keluarga yang dilakukan oleh kader lansia. Monitoring dilakukan sesuai dengan jadwal kegiatan yang telah ditetapkan. Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui kunjungan langsung kegiatan pendampingan yang dilakukan kader serta melalui diskusi.

1. Tujuan

- a. Menilai kemampuan kader dalam memfasilitasi keluarga melakukan kegiatan pengelolaan hipertensi pada lansia
- b. Menilai kemampuan kader dalam melaporkan masalah yang dialami keluarga dan penyelesaian yang telah dilakukan
- c. Menilai kemampuan kader dalam mengecek buku kerja keluarga
- d. Mengidentifikasi hambatan yang ditemukan kader dalam melakukan pendampingan keluarga
- e. Memberikan bimbingan kepada kader jika ditemukan adanya kesulitan dalam melakukan pendampingan

2. Hasil yang diharapkan

Kader mampu:

- a. Menggambarkan pengalamannya dalam memfasilitasi keluarga untuk melakukan pengelolaan hipertensi pada lansia
- b. Melaporkan masalah yang dialami keluarga serta penyelesaian masalah yang dilakukan
- c. Mengidentifikasi hambatan yang ditemukan dalam melakukan pendampingan

- d. Menyelesaikan masalah dalam melakukan pendampingan keluarga dengan bimbingan perawat penanggung jawab lansia dan tim

3. Langkah-langkah kegiatan

- a. Melakukan kesepakatan jadwal waktu monitoring dan evaluasi antara penanggung jawab lansia dengan kader
- b. Menjelaskan tujuan monitoring dan evaluasi
- c. Meminta kader untuk menyampaikn hasil pendampingan yang dilakukan serta hambatan yang ditemukan
- d. Mengecek buku kerja kerja keluarga yang telah diisi oleh kader
- e. Member bimbingan secara langsung jika ditemukan adanya hambatan selama kegiatan pendampingan
- f. Menjelaskan strategi penyelesaian masalah yang dilakukan dengan mengatasi hambatan
- g. Memberikan umpan balik terhadap proses kegiatan pendampingan keluarga

E. Penutup

Model COC-BPKK merupakan model pemberdayaan keluarga dan kader yang diterapkan dalam merawat lansia dirumah. Dalam penerapan model ini diperlukan pendampingan keluarga dalam merawat lansia dirumah. Kader sebagai anggota masyarakat mempunyai peran penting dalam melakukan pendampingan keluarga. Kader yang telah dilatih diharapkan mampu berperan aktif dalam memotivasi keluarga agar mampu merawat lansia dirumah. Pendampingan dilakukan oleh kader dibawah pengawasan perawat.

PANDUAN PENDAMPINGAN KELUARGA OLEH KADER

DAFTAR RUJUKAN:

Muhtar (2013). Pemberdayaan Keluarga Dalam Peningkatan *Self Efficacy* Dan *SelfCare Activity* Keluarga dan Penderita Tb Paru. *Jurnal Ners* Vol.8 No.2 Oktober 2013: 229-239

Notoatmojo, S., 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta

Widyakusuma, N. (2013). Peran Pendampingan Dalam Program Pendampingan Dan Perawatan Sosial Lanjut Usia Di Lingkungan Keluarga (Home Care): studi Tentang Pendamping Di Yayasan Pitrah Sejahtera, Kelurahan Cilincing, Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Informasi* Vol. 18, No. 02, Tahun 2013