

## PEMBERDAYAAN KELUARGA DAN EDUKASI TERHADAP PERAWATAN HIPERTENSI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI PROVINSI BANTEN

Eli Amaliyah<sup>1</sup>, Mulyati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

<sup>2</sup>Universitas Faletehan

email: eli.amaliyah@untirta.ac.id

### Abstrak

Penyakit hipertensi adalah penyakit yang sangat berbahaya dimana tekanan darah seseorang lebih dari 160 mmhg. Gejala yang dirasakan pasien sering mengeluh sakit kepala terutama dibawah tengkuk , badan terasa lemes, mudah emosi dan terkadang tidak selera makan. Serta tidurnya sering terganggu. Penyakit hipertensi ini apabila tidak segera diatasi maka akan menimbulkan komplikasi-komplikasi seperti stroke, penyakit jantung atau gagal ginjal yang diakibatkan karena pecahnya pembuluh darah halus akibat tekanan darah yang tinggi. Penyakit hipertensi pada umumnya menyerang pada usia lanjut. Dalam pengabdian masyarakat ini tim pengabdian melakukan **kegiatan** pemberdayaan keluarga dan Edukasi tentang perawatan hipertensi. Di wilayah Provinsi Banten. **Tujuan** pengabdian masyarakat ini untuk mempertahankan Kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup lansia. **Metode** kegiatan menggunakan metode edukasi tentang perawatan lansia dengan penyakit hipertensi, pemberian brosur dan pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, nadi dan respirasi). Edukasi dengan metode Ceramah, secara individu atau kelompok dan membagikan brosur tentang perawatan penyakit hipertensi pada lansia. **hasil** Keluarga menunjukkan perilaku kebiasaan memperhatikan dan merawat Lansia yang menderita hipertensi dengan baik seperti: memperhatikan makan yang dianjurkan dan yang dipantang, minum obat yang teratur, menjaga kestabilan emosinya dan istirahat yang cukup. **Saran** untuk keluarga dan lansia agar selalu menjaga kesehatannya dengan minum obat secara teratur, kontrol rutin ke pelayanan kesehatan, makan dengan rendah garam dan lemak, cukup istirahat, kontrol emosi tidak merokok dan oleh gara teratur.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan Keluarga, Edukasi, Perawatan Ansia Dengan Penyakit Hipertensi.

### Abstrac

Hypertension is a very dangerous disease where a person's blood pressure is more than 160 mmHg. The symptoms felt by patients often complain of headaches, especially under the nape of the neck, the body feels weak, gets emotional easily and sometimes has no appetite. And his sleep is often disturbed. If this disease is not treated immediately, it will cause complications such as stroke, heart disease or kidney failure which is caused by hypertension due to rupture of small blood vessels due to high blood pressure. Hypertension generally attacks old age. In this community service, the service team carries out family empowerment activities and education about hypertension treatment. In the Banten Province area. The aim of this community service is to maintain health and improve the quality of life of the elderly. Methods of educational activities regarding care for elderly people with hypertension, providing brochures and health checks (blood pressure, pulse and respiration). Education using the lecture method individually or in groups and distributing brochures about treating hypertension in the elderly. The results of the family show the habitual behavior of paying attention and caring for elderly people who suffer from hypertension properly, such as: paying attention to recommended and prohibited foods, taking medication regularly, maintaining stability. emotions and adequate rest. **Suggestions** for families and the elderly to always maintain their health by taking medication regularly, having regular check-ups with health services, eating low salt and fat, getting enough rest, controlling emotions, not smoking and by exercising regular

**Keywords:** Family Empowerment , Education, Care For Alderly People With Hypertension.

### PENDAHULUAN

Pemberdayaan adalah kemajuan upaya sadar oleh individu untuk mengurus diri sendiri, keluarga,

dan masyarakat agar bertanggung jawab atas promosi dan pemeliharaan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain (Alhani F, 2003; Farahani et al., 2018). Pemberdayaan keluarga adalah intervensi keperawatan yang digunakan oleh perawat untuk membantu keluarga dalam merawat dan mendukung anggota keluarga dengan penyakit kronis dan dianggap sebagai faktor penting untuk perawatan yang berhasil (Graves & Shelton, 2007; Luthfa & Ardian, 2019). Dari definisi di atas dapat dijelaskan bahwa model pemberdayaan keluarga merupakan intervensi interaktif yang dirancang untuk membantu pasien dan keluarga melalui pendidikan kesehatan, pemecahan masalah, dan kepercayaan diri untuk mencapai kesejahteraan pasien dan keluarga. Salah satu model pemberdayaan keluarga yang paling komprehensif dan aplikatif adalah Family-Centered Empowerment Model (FCEM). Model pemberdayaan yang berpusat kronis pada keluarga, yang mencakup pemberdayaan perawatan pada lansia yang sakit dan keluarganya untuk mengatasi efek dan efek samping penyakit serta memiliki kontrol yang lebih baik untuk mencapai kehidupan dengan kualitas yang jauh lebih baik. Agar individu dalam keluarga berdaya, mereka perlu mengetahui dan memahami kekurangan mereka dan memiliki kekuatan yang cukup untuk mengubah situasi mereka, dan kemampuan ini akan diperoleh melalui informasi, dukungan dan keterampilan hidup (Borhani, et al 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan di wilayah Provinsi Banten melalui observasi diperoleh data banyak sekali Lansia yang mengalami penyakit hipertensi, Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang berbahaya, beberapa faktor penyebab hipertensi antara lain adalah, karena usia lanjut, gaya hidup yang salah, akibat penyakit kronis atau penyakit infeksi lainnya, Gejala yang sering dirasakan adalah sakit kepala, badan terasa lemah dan mengakibatkan rasa tidak nyaman dan akan mengganggu aktivitas sehari-harinya. Penyakit hipertensi apabila tidak segera diatasi maka akan mengakibatkan komplikasi – komplikasi dan bisa dapat mengakibatkan kecacatan akibat stroke dan mengakibatkan kematian. Disisi lain keluarga lansia belum sepenuhnya membantu dan merawat lansia dengan penyakit hipertensi yang dikarenakan beberapa kemungkinan, antara lain ketidak ngertian keluarga, kesibukan dan atau kurang kepedulian keluarga untuk merawat lansia yang memiliki hipertensi. Model Pemberdayaan yang Berpusat pada Keluarga (FCEM) menyoroti peran penting individu dan anggota keluarga mereka dalam mempromosikan kesejahteraan dan kualitas kesehatan dan melalui Edukasi tentang penanggulangan penyakit hipertensi. Tujuan utama model ini adalah untuk memberdayakan sistem keluarga (pasien dan pengasuh keluarga utama mereka) untuk mempromosikan kesehatan mereka sendiri (Ebrahimi Belil, 2018).

## **METODE**

Metode Dalam dalam kegiatan ini adalah dalam bentuk Model Pemberdayaan yang Berpusat pada Keluarga (FCEM) menyoroti peran penting individu dan anggota keluarga mereka dalam mempromosikan kesejahteraan dan kualitas kesehatan. Model ini terdiri dari empat tahap: (1) menentukan ancaman yang dirasakan melalui metode diskusi; (2) efikasi diri melalui metode pemecahan masalah, (3) meningkatkan harga diri melalui metode partisipasi pendidikan dan (4) proses dan evaluasi hasil (Alhani., 2003; Deyhoul et al., 2019). Selanjutnya memberikan kegiatan edukasi tentang perawatan lansia dengan penyakit hipertensi, pemberian brosur dan pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, nadi dan respirasi). Kegiatan tersebut menggunakan metode Ceramah dengan menggunakan TOA secara individu atau kelompok dan membagikan brosur tentang perawatan penyakit hipertensi pada lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pemberdayaan keluarga untuk merawat anggota keluarganya yang memiliki lansia dengan penyakit hipertensi di wilayah Provinsi Banten dalam upaya untuk meningkat kualitas hidup lansia.

## **Gambaran Umum Provinsi**



**Gambar 2.1**  
**Peta Wilayah Provinsi Banten**  
Gambar 1. Peta Wilayah

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberdayaan keluarga merupakan upaya dalam pengembangan kemandirian dan Kesehatan keluarga yang memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan, perilaku, kemampuan, kesadaran, serta memanfaatkan sumber daya yang ada. Pemberdayaan ini dapat berbentuk kegiatan-kegiatan yang membangun dan mengajak keluarga untuk mau berkembang dan memperhatikan apabila ada keluarga yang sudah lansia menderita hipertensi. Dalam pemberdayaan keluarga ini telah dilakukan kegiatan -kegiatan sesuai dengan perencanaan kegiatan, beberapa upaya yang telah dilakukan sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi keluarga yang memiliki lansia yang menderita penyakit Hipertensi
2. Melakukan pemeriksaan tekanan darah, nadi serta respirasi.
3. Memberikan edukasi dan pendampingan kepada keluarga lansia tentang cara merawat keluarganya yang memiliki lansia yang menderita hipertensi supaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Seperti membawa lansia kontrol ke pelayanan kesehatan secara rutin, minum obat dengan teratur, pengolahan diet rendah garam, dan olah raga ringan buat lansia.
4. Pemberian brosur tentang bahaya hipertensi dan cara merawat lansia dengan Hipertensi.
5. Melakukan diskusi dengan keluarga lansia tentang hal-hal yang belum dipahami oleh keluarga khususnya tentang perawatan penyakit hipertensi.

Kegiatan pemberdayaan keluarga dan edukasi ini dilakukan secara perorangan dan kelompok melalui door to door.

### **Pemberdayaan keluarga dan Edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi pada lansia**

Pemberdayaan keluarga adalah intervensi keperawatan yang digunakan oleh perawat untuk membantu keluarga dalam merawat dan mendukung anggota keluarga dengan penyakit kronis dan dianggap sebagai faktor penting untuk perawatan yang berhasil. Dari pengertian di atas dapat dijelaskan bahwa model pemberdayaan keluarga merupakan intervensi interaktif yang dirancang untuk membantu pasien dan keluarga melalui pendidikan kesehatan, pemecahan masalah, dan kepercayaan diri untuk mencapai kesejahteraan pasien dan keluarga.

Setelah diadakan edukasi, pemeriksaan kesehatan dan pemberian brosur pada keluarga lansia yang menderita hipertensi, maka out put keluarga lansia diharapkan :

- 1) Keluarga menunjukkan Perilaku kebiasaan memperhatikan dan merawat Lansia yang menderita hipertensi dengan baik seperti: memperhatikan makan yang dianjurkan dan yang dipantang, minum obat yang teratur, menjaga kestabilan emosinya dan istirahat yang cukup.
- 2) Meningkatnya kesadaran keluarga untuk membawa kontrol secara rutin ke pelayanan kesehatan.
- 3) Meningkatnya kesadaran keluarga untuk membantu mengatur mengelola makanan rendah garam dan kurangi lemak, dan tidak merokok.



Gambar 2. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan edukasi kepada lansia yang menderita hipertensi secara kelompok di Kota Serang.



Gambar 3 Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan edukasi kepada lansia yang menderita hipertensi secara kelompok di Kabupaten Serang

## SIMPULAN

Model pemberdayaan keluarga merupakan intervensi interaktif yang dirancang untuk membantu pasien dan keluarga melalui pendidikan kesehatan, pemecahan masalah, dan kepercayaan diri untuk mencapai kesejahteraan pasien dan keluarga. Salah satu model pemberdayaan keluarga yang paling komprehensif dan aplikatif adalah Family-Centered Empowerment Model (FCEM). Model pemberdayaan yang berpusat kronis pada keluarga, yang mencakup pemberdayaan perawatan pada lansia yang sakit dan keluarganya untuk mengatasi efek dan efek samping penyakit serta memiliki kontrol yang lebih baik untuk mencapai kehidupan dengan kualitas yang jauh lebih baik. Agar individu dalam keluarga berdaya, mereka perlu mengetahui dan memahami kekurangan mereka dan memiliki kekuatan yang cukup untuk mengubah situasi mereka, dan kemampuan ini akan diperoleh melalui informasi, dukungan dan keterampilan hidup. Kegiatan pemberdayaan keluarga dan Edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi pada lansia yang menderita penyakit hipertensi ini akan memberikan motivasi dan kekuatan hidup lansia sehingga meningkatkan kesehatannya dan akan meningkat pula kualitas hidup lansia .

## SARAN

Kegiatan pemberdayaan keluarga dan Edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi pada lansia yang menderita penyakit hipertensi di wilayah Provinsi Banten ini mengharapkan apa yang dipraktikkan dan yang dijelaskan dapat bermanfaat dan di implementasikan oleh keluarga dan lansia yang menderita hipertensi. Dengan demikian maka kami selaku tim pengabdian memberikan masukan dan saran sebagai berikut:

1. Untuk LPPM Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Kami mengusulkan agar kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat difokuskan salah satunya adalah perawatan kepada lansia. Karena dengan bertambahnya usia /Lansia semakin banyak masalah Kesehatan yang dideritanya, membutuhkan perhatian dari keluarga, pemerintah dan juga partisipasi dari unsur Perguruan tinggi yaitu Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.

2. Untuk Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Banten  
Untuk memperhatikan dan dapat membantu mengalokasikan dana untuk kegiatan screening , edukasi, pengobatan dan perawatan pada lansia yang menderita sakit seperti hipertensi, Diabetes Mellitus, Remathoid Arthritis dll.
3. Untuk keluarga dan lansia  
Untuk terus menjaga lansia , memperhatikan minum obat secara teratur, control berobat ke pelayanan Kesehatan, menjaga diet rendah garam dan rendah lemak, cukup istirahat dan melakukan olah raga ringan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M. Y., & Sareong, K. M. (2013). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepuasan Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Rantepao Kabupaten Toraja Utara. 12, 1–12.
- Andriani, A.-. (2017). Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan Dengan Kepuasan Pasien Diruangan Poli Umum Puskesmas Bukittinggi. *Jurnal Endurance*, 2(1), 45. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.461>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi 2010) (Ed.Rev.201)*. PT Rineka Cipta.
- BPS. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*.
- Effendi, K., & Junita, S. (2019). Tingkat Kepuasan Pasien Terhadap Pelayanan Kesehatan Di Uptd Puskesmas Mutiara Tahun 2019. *EXCELLENT MIDWIFERY JOURNAL Kedokteran, Fakultas Sumatera, Universitas*, 3(2), 82–90. <https://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/download/127/110>
- Iman, A. T., & Lena, D. (2017). *Manajemen Mutu Informasi Kesehatan I : Quality Assurance (Vol. 148)*.
- Infodatin. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. In Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI (Vol. 2, Issue 2, pp. 1–2).
- ITS. (2019). *Analisis Layanan Publik. Pejabat Pelayanan Informasi Dan Dokumentasi*.
- Ganjar, J.W., Eli A., Fertin M.( 2022 Indeks kepuasan masyarakat (ikm) dan tingkat kepuasan lansia terhadap pelayanan kesehatan di puskesmas cipanas kabupaten lebak ( Vol2 no.1 ), JAWARA.
- Kaseger, H., Akbar, H., Amir, H., Astuti, W., & Rahayu Ningsih, S. (2021). Analisis Faktor Kualitas Pelayanan yang Mempengaruhi Kepuasan Pasien dalam Pelayanan Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas X. *Jurnal.Uimedan.Ac.Id*, 3(1), 23–33. <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/Jurnalfarmasi/article/view/538>
- Kemenkes. RI. (2019). *Kurikulum Pendampingan Lanjut Usia Bagi Caregiver*. 322.
- Kemenkes RI. (2017). *Situasi lansia di Indonesia tahun 2017: Gambar struktur umur penduduk indonesia tahun 2017*. Pusat Data Dan Informasi, 1--9.
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementrian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.