



Pelatihan *Family Cargiver* Dalam Merawat Lansia Dengan Masalah Gangguan Kognitif

Dianis Wulan Sari^{1,2*}, Neisya Pratiwindya Sudarsiwi^{1,2}, Rizki Fitriyasari^{1,2}, Aziz Nashiruddin Habibie^{1,2}, Nauvila Fitrotul 'Aini¹, Nur Arifah Astri¹, Farapti Farapti^{2,3}, Eka Misbahatul Mar'ah Has¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga, Jalan Dr. Ir. H. Soekarno, Mulyorejo, Kec. Mulyorejo, Surabaya, Jawa Timur, 60115, Indonesia

²Dementia And Aging Care Research Center, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

³Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

¹dianis.wulan.sari@fkip.unair.ac.id; neisya.pratiwindya@fkip.unair.ac.id; rizki-f-p-k@fkip.unair.ac.id; aziz.nashiruddin@fkip.unair.ac.id; nauvila.fitrotul@fkip.unair.ac.id; nur.arifah@fkip.unair.ac.id; farapti@fkm.unair.ac.id; eka.m.has@fkip.unair.ac.id

Artikel History:

Received: 2024-07-24 / Received in revised form: 2024-08-01 / Accepted: 2024-08-06

ABSTRACT

Cognitive impairment and dementia place a significant burden on families in care. Those caring for older adults with dementia often face extraordinary emotional, physical, and financial challenges. Therefore, families and older adults need to maximize their role and provide support to reduce the burden they feel. Objective: This Community Service aims to increase the knowledge and skills of family caregivers in caring for older adults with cognitive impairment problems. Activities are carried out by providing counseling and demonstrations. The partner involved in the activity is the Kertosono Community Health Center. Activities are evaluated using pre-post-tests. The average score of participants at the pretest was 5.36 and increased at the posttest to 8.46, so there was an increase in family caregivers' knowledge regarding cognitive impairment problems. The difference between the pre-test and post-test significance values is 0.000, this value is <0.05 which explains that there is a significant difference between the pre-test and post-test scores. Training is useful for improving the knowledge and skills of family caregivers in caring for older adults with cognitive impairment problems.

Keywords: *burden, cognitive impairment, family caregiver, older adults*

ABSTRAK

Gangguan kognitif dan demensia memberikan beban signifikan bagi keluarga dalam perawatan. Mereka yang merawat lanjut usia dengan demensia sering kali menghadapi tantangan emosional, fisik, dan finansial yang luar biasa. Oleh karena itu, keluarga dan lansia perlu memaksimalkan peran serta memberikan dukungan guna mengurangi beban yang dirasakan. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan family caregiver dalam merawat lansia dengan masalah gangguan kognitif. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan serta demonstrasi. Mitra yang terlibat dalam kegiatan adalah Puskesmas Kertosono. Kegiatan dievaluasi dengan menggunakan pre post tes. Nilai rata-rata peserta pada saat pretest adalah 5,36 dan mengalami peningkatan pada saat posttest menjadi 8,46, sehingga terdapat peningkatan pengetahuan family caregiver terkait masalah gangguan kognitif. Perbedaan nilai signifikansi pretes dan post tes adalah 0,000, nilai tersebut $< 0,05$ yang menjelaskan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre tes dan post test. Pelatihan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan family caregiver dalam merawat lansia dengan masalah gangguan kognitif.

Kata kunci: beban, family caregiver, lansia, gangguan kognitif

*Dianis Wulan Sari

Email: dianis.wulan.sari@fkip.unair.ac.id

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



1. PENDAHULUAN

Populasi lanjut usia (lansia) di Indonesia semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia harapan hidup (Bahari & Sudibia, 2018). Lansia akan mengalami beberapa perubahan baik secara fisik, fisiologis, kognitif, dan mental. Gangguan kognitif dan demensia memberikan beban signifikan bagi keluarga dan *caregiver* dalam perawatan (Seidel & Thyrian, 2019). Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan bahwa perawatan demensia, sekitar 70% dilakukan di rumah (Pinkert & Holle, 2023). Demensia adalah sindrom yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif yang cukup serius, sehingga mengganggu kemampuan seseorang untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Mereka yang merawat orang lanjut usia dengan demensia sering kali menghadapi tantangan emosional, fisik, dan finansial yang luar biasa (Shabrina et al., 2020). Oleh karena itu, keluarga dan lansia perlu memaksimalkan peran serta memberikan dukungan guna mengurangi beban yang dirasakan.

Keluarga merupakan sumber dukungan utama perawatan lansia khususnya dengan masalah kognitif (Oktaviana et al., 2019). Kesiapan keluarga dalam melakukan perannya mempengaruhi coping serta perilaku perawatan yang diberikan (Oktaviana et al., 2019), (Kartika et al., 2023). Adaptasi keluarga dalam menjalankan perannya sebagai *caregiver* menentukan kualitas hidup keluarga serta persepsi *burden* yang dirasakan. Faktor yang mempengaruhi *caregiver burden* lansia antara lain tingkat pengetahuan, kemampuan coping, usia, jenis pendidikan, hubungan dengan lansia, pendapatan atau status ekonomi, tingkat kemandirian lansia serta waktu yang dihabiskan untuk perawatan (Ariska et al., 2020). Beberapa program yang dapat membantu menurunkan *burden caregiver* antara lain pelatihan pada *caregiver* baik yang dilakukan secara individu, berkelompok, program berbasis teknologi maupun pendampingan keluarga. Pelatihan yang dibutuhkan dalam perawatan lansia di rumah adalah keterampilan perawatan dasar dan khusus yang mencakup manajemen waktu, pengaturan emosi, komunikasi serta pemahaman mengenai system pelayanan kesehatan yang dibutuhkan lansia.

Kelompok sasaran dalam kegiatan ini berada di wilayah kerja Puskesmas Kertosono. Puskesmas aktif dalam melaksanakan kegiatan posyandu lansia. Hal tersebut tentunya sangat baik dalam mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatan lansia sehingga mempunyai kualitas hidup yang baik. Namun disamping itu, *family caregiver* juga perlu mendapatkan perhatian karena melakukan perawatan lansia dengan masalah gangguan kognitif. *Family caregiver* sering mengalami beban (*burden*) yang signifikan saat merawat lansia dengan masalah gangguan kognitif seperti tuntutan fisik yang tinggi, tantangan dalam berkomunikasi, perubahan perilaku yang tidak terduga, kecemasan dan stigma, ketidakpastian dan kesulitan perencanaan, isolasi sosial, kehilangan hununagn pribadi dan peran tradisional.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan sebagai solusi dari permasalahan adalah kegiatan pelatihan untuk mengatasi *burden family caregiver*. Pelatihan *caregiver* menggunakan strategi pendidikan kesehatan berkelompok serta pendampingan pada keluarga dengan lansia yang mengalami masalah gangguan kognitif. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah agar dapat meningkatkan kualitas perawatan *caregiver* kepada lansia dengan masalah gangguan kognitif saat dirawat di rumah. Kegiatan dilakukan dengan melakukan pendataan *caregiver* yang diikuti dalam kegiatan melalui kader posyandu lansia. Selanjutnya *caregiver* diberikan edukasi/ materi kesehatan mengenai gangguan kognitif, termasuk juga peran dan tanggung jawab *caregiver* lansia. Kemudian, *caregiver* diajarkan keterampilan yang membantu lansia dalam pencegahan gangguan kognitif, manajemen gangguan kognitif. *Caregiver* yang menguasai pengetahuan dan keterampilan mengenai perawatan lansia dengan masalah gangguan kognitif akan memiliki kemandirian dalam merawat lansia (Syifak et al., 2022).

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kertosono, Kabupaten Nganjuk, Provinsi Jawa Timur pada hari senin 15 Juli 2024. Puskesmas memiliki visi “Terwujudnya Masyarakat Kertosono Yang Lebih Mandiri Untuk Hidup Sehat Menuju Masyarakat Nganjuk Yang

Maju dan Bermartabat”. Kegiatan diawali dengan survei lapangan untuk mengetahui permasalahan. Setelah melakukan koordinasi antara pihak kampus dan Puskesmas Kertosono maka program pengabdian masyarakat dapat dilaksanakan. Kegiatan ini dihadiri 50 orang peserta. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan mengenai gangguan kognitif pada lansia serta tips family caregiver merawat lansia dengan gangguan kognitif. Selain itu juga dilakukan demonstrasi aktivitas yang dapat dilakukan family caregiver dalam meningkatkan kognitif lansia. Kegiatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta keterampilan family caregiver dalam merawat lansia dengan gangguan kognitif.

Keberhasilan program diukur melalui pre post tes pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan penyuluhan. Data hasil pre-post test kemudian akan dianalisa dan disusun secara deskriptif, menggunakan perangkat Microsoft Excel dan SPSS. Hasil Kegiatan secara keseluruhan ditulis dalam sebuah laporan ilmiah akhir

3. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

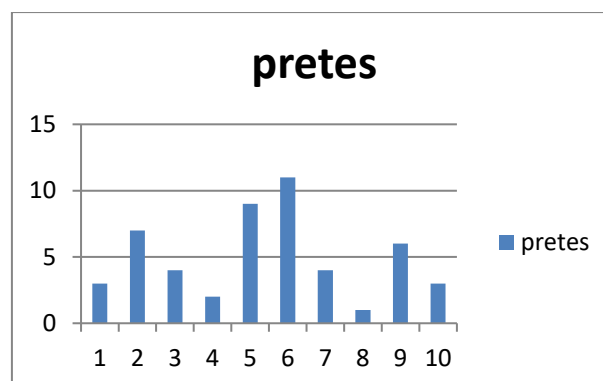
Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kertosono. Kegiatan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan *family caregiver* dalam merawat lansia dengan gangguan kognitif. Kegiatan dilakukan pada Senin, 15 Juli 2024 dihadiri 50 peserta. Sebelum diberikan pemaparan materi, peserta diminta mengisi pre tes, dan setelah pemaparan berakhir, peserta mengisi post test. Kegiatan penyampaian materi terlihat seperti di gambar berikut:



Gambar 1. Penyampaian materi

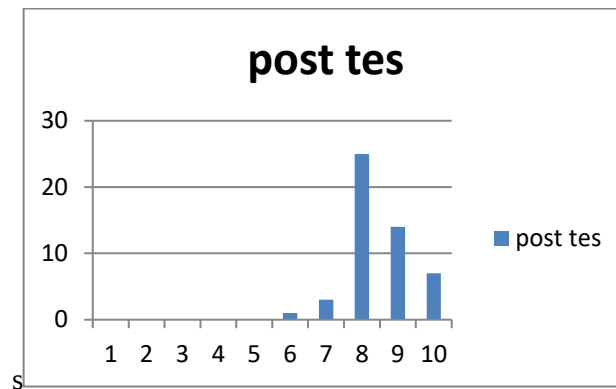
Hasil pretes dipaparkan dalam diagram tabel 1. Sebanyak 3 orang dengan total poin 1, 7 orang poin 2, 4 orang poin 3, 2 orang poin 4, 9 orang poin 5, 11 orang poin 6, 4 orang poin 7, 1 orang poin 8, 6 orang poin 9, 3 orang poin 10. Rata-rata nilai pretes adalah 5,36

Diagram Tabel 1. Pretes pengetahuan *family caregiver* mengenai topik pengabdian masyarakat



Hasil post dipaparkan dalam diagram tabel 2. Sebanyak 1 orang dengan total poin 6, 3 orang poin 7, 25 orang poin 8, 14 orang poin 9, 7 orang poin 10. Rata-rata nilai post test adalah 8,46.

Diagram Tabel 2. Pretes pengetahuan *family caregiver* mengenai topik pengabdian masyarakat



Aktivitas-aktivitas yang dilakukan untuk merangsang fungsi kognitif lansia seperti teka-teki silang, menggambar, latihan ingatan, senam otak, bermain puzzle.



Gambar 2. Aktivitas-aktivitas untuk meningkatkan kognitif lansia

Keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam perawatan lansia dengan gangguan kognitif (Oktaviana et al., 2019). Sebagai unit sosial terkecil, keluarga memberikan dukungan emosional, fisik, dan sosial yang esensial bagi lansia. Meskipun peran keluarga sangat penting, mereka juga menghadapi berbagai kendala dan tantangan dalam merawat lansia dengan gangguan kognitif (Ariska et al., 2020) seperti kurangnya pengetahuan dan keterampilan, tuntutan fisik yang tinggi, perubahan perilaku tidak terduga, kecemasan dan stigma, isolasi sosial, kehilangan hubungan pribadi. Keluarga sering menderita kesedihan dari orang yang dirawatnya mengalami penurunan kesehatan, sehingga menyebabkan keadaan depresif yang melelahkan, memburuknya kesehatan emosional dan mental. Beban yang dirasakan *caregiver* saat merawat lansia berupa beban fisik dan psikologis, sedangkan beban eksternal yang muncul berasal dari perilaku lansia dan tuntutan beban pekerjaan ganda karena selain merawat lansia, seorang *caregiver* juga merawat anak dan keluarganya dirumah (Ariska et al., 2020)

Pengabdian masyarakat merupakan langkah yang tepat untuk membantu memberikan pelatihan *family caregiver* dalam merawat lansia dengan masalah gangguan kognitif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi penting dikarenakan dilakukan (1) pengenalan *family caregiver* pada jenis-jenis gangguan kognitif, gejalanya, dan bagaimana hal ini memengaruhi perilaku dan kebutuhan lansia; (2) pelatihan latihan *family caregiver* dalam berkomunikasi dengan lansia yang mengalami gangguan kognitif, termasuk penggunaan bahasa yang sederhana dan penuh empati; (3) strategi untuk mengelola perubahan perilaku yang mungkin timbul, seperti agitasi atau kebingungan, dan memberikan pemahaman tentang penyebabnya; (4) melatih *family caregiver* dalam mengatasi konflik yang mungkin muncul dalam merawat lansia, serta memberikan strategi pengelolaan stres dan mencegah *burnout*; (5) mengajarkan *family caregiver* tentang aktivitas yang merangsang kognitif dan

emosional lansia, membantu mempertahankan fungsi kognitif sebanyak mungkin; (6) memberikan pemahaman tentang pengelolaan obat dan tindak medis, serta pentingnya kerjasama dengan profesional kesehatan.

Peran keluarga dalam perawatan lansia dengan gangguan kognitif sangat krusial, meskipun mereka menghadapi berbagai kendala dan tantangan. Dukungan yang tepat dan program intervensi yang efektif dapat membantu keluarga menjalankan peran mereka dengan lebih baik, meningkatkan kesejahteraan lansia, dan mengurangi beban yang dirasakan oleh *family caregiver*. Kegiatan diakhiri dengan pemberian cinderamata dan sesi foto bersama.



Gambar 3. Pemeberian cinderamata



Gambar 4. Sesi foto bersama

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat telah sukses dilaksanakan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan family caregiver dalam merawat lansia dengan masalah gangguan kognitif, yang mencakup pemahaman mengenai gangguan kognitif serta strategi perawatan family caregiver pada lansia dengan demensia, keterampilan perawatan, manajemen waktu serta pengelolaan

emosi. Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilakukan secara berkelanjutan sehingga mampu membuat family caregiver menjadi lebih mandiri dan kompeten dalam menjalankan peran mereka, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup baik bagi lansia maupun *family caregiver*.

SARAN

Saran pengabdian masyarakat selanjutnya adalah peningkatan durasi dan frekuensi pelatihan agar family caregiver lebih memahami materi yang diajarkan. Selain itu dilakukan kolaborasi dengan tenaga profesional dengan mengundang tenaga profesional seperti psikolog, dokter, dan ahli terapi okupasi dalam pelatihan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan komprehensif kepada *family caregiver*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariska, Y. N., Handayani, P. A., & Hartati, E. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Beban Caregiver dalam Merawat Keluarga yang Mengalami Stroke. *Holistic Nursing and Health Science*, 3. <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.1.2020.52-63>
- Bahari, I. gede leo, & Sudibia, K. (2018). Analisis faktor faktor yang mempengaruhi kesejahteraan lansia dikecamatan Karangasem. *Jurnal EKonomi Pembangunan UNUD*, 10(2), 627–657.
- 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>
- Oktaviana, R., Hidayat, S., Dwi Mumpuningtias, E., & Studi Keperawatan Universitas Wiraraja, P. (2019). Peran Keluarga Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Desa Pandian Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 13–19.
- Pinkert, C., & Holle, B. (2023). Home-based care for people living with dementia at the end of life: the perspective of experts. *BMC Palliative Care*, 22(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12904-023-01251-z>
- Seidel, D., & Thyrian, J. R. (2019). Burden of caring for people with dementia - comparing family caregivers and professional caregivers. A descriptive study. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 12, 655–663. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S209106>
- Shabrina, A., Purboningsih, E. R., & Widiastuti, T. R. (2020). Gambaran kesejahteraan subjektif pada perempuan dewasa yang merawat orang tua dengan demensia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8, 195–226. <https://doi.org/10.24854/jpu149>
- Syifak, S., Noventi, I., & Zahroh, C. (2022). Pengetahuan dan Ketrampilan Caregiver dalam Merawat Lansia dengan Demensia. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 585–589.