

Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep.
Daniel Akbar Wibowo, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep.
Yoga Ginanjar, S.Kep., Ners., M.Kep.
Dr. Syamsul Anwar, SKM., M.Kep., Sp.Kom.
Dr. Siti Badriah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Penerapan Pelayanan Lansia Berkualitas dengan Perhatian Khusus

PELITA HATIKU



**PENERAPAN PELAYANAN LANSIA
BERKUALITAS DENGAN PERHATIAN KHUSUS
(PELITA HATIKU)**

**PENERAPAN PELAYANAN LANSIA
BERKUALITAS DENGAN PERHATIAN KHUSUS
(PELITA HATIKU)**

**Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep.
Daniel Akbar Wibowo, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep.
Yoga Ginanjar, S.Kep., Ners., M.Kep.
Dr. Syamsul Anwar, SKM., M.Kep., Sp.Kom.
Dr. Siti Badriah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.**



PENERAPAN PELAYANAN LANSIA BERKUALITAS DENGAN PERHATIAN KHUSUS (PELITA HATIKU)

© Penerbit Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia (PRCI)

Penulis:

Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep.
Daniel Akbar Wibowo, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep.
Yoga Ginanjar, S.Kep., Ners., M.Kep.
Dr. Syamsul Anwar, SKM., M.Kep., Sp.Kom.
Dr. Siti Badriah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Editor:

Ns. Lily Herlina Herlina, M.Kep., Sp.Kep., Kom.
Divina Nurkhalida Zen
Nadia Qurrota 'Ayuni Zen

Cetakan Pertama: Maret 2024

Cover: Tim Penyusun

Tata Letak: Tim Kreatif PRCI

Hak Cipta 2024, pada Penulis. Diterbitkan pertama kali oleh:

Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT

Website: www.rcipress.rcipublisher.org
E-mail: rumahcemerlangindonesia@gmail.com

Copyright © 2024 by Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
All Right Reserved

- Cet. I -: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia, 2024
Dimensi : 14,8 x 21 cm

ISBN

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak buku ini dalam bentuk dan dengan
cara apapun tanpa izin tertulis dari penulis dan penerbit

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang
Hak Cipta Pasal 72

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta
Pasal 72

Barang siapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal ayat (1) atau pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling sedikit 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp.1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta terkait sebagai dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Segala puji bagi Allah, Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan buku ajar. Tak lupa juga mengucapkan salawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, karena berkat beliau, kita mampu keluar dari kegelapan menuju jalan yang lebih terang.

Kami ucapkan juga rasa terima kasih kami kepada pihak-pihak yang mendukung lancarnya buku saku ini mulai dari proses penulisan hingga proses cetak, yaitu orang tua kami, rekan-rekan kami, penerbit, dan masih banyak lagi yang tidak bisa kami sebutkan satu per satu.

Adapun, buku ajar kami yang berjudul 'Penerapan Pelayanan Lansia Berkualitas Dengan Perhatian Khusus (PELITA HATIKU) ini telah selesai kami buat sebaik mungkin agar menjadi manfaat bagi pembaca yang membutuhkan informasi dan pengetahuan mengenai bagaimana penerapan model asuhan keperawatan keluarga lansia hiperetensi dengan pengimplementasikan terapi non farmakologis.

Kami sadar, masih banyak kekeurangan dan kekeliruan yang tentu saja jauh dari sempurna tentang buku ini. Oleh sebab itu, kami mohon agar pembaca memberi kritik dan juga saran terhadap karya buku saku ini agar kami dapat terus meningkatkan kualitas buku.

Demikian buku ini kami buat, dengan harapan agar pembaca dapat memahami informasi dan juga mendapatkan wawasan mengenai bidang asuhan keperawatan keluarga serta dapat bermanfaat bagi masyarakat dalam arti luas.

Terima kasih.

Ciamis, 1 Februari 2024

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
BAB 1 PROGRAM PELATIHAN KELOMPOK KADER DAN LANSIA DENGAN PERHATIAN KHUSUS (PELITA HATIKU).....	1
BAB 2 PROGRAM PELATIHAN KELOMPOK KADER DAN KELUARGA TANGGAP LANSIA DENGAN PERHATIAN KHUSUS (PELITA HATIKU).....	10
BAB 3 PERAN KADER DALAM PELAKSANAAN POSBINDU PTM.....	15
BAB 4 KONSEP PENYAKIT HIPERTENSI LANSIA.....	20
A. Pengertian	20
B. Penyebab Hipertensi.....	21
C. Gejala Hipertensi	24
D. Pencegahan Hipertensi Pada Lansia.....	25
BAB 5 GIZI PADA LANSIA.....	26
A. Pengaturan Gizi	26
B. Bahan Makanan Yang Dianjurkan	27
BAB 6 PENILAIAN STATUS GIZI LANSIA.....	29
A. Pengukuran Antropometri	29
1. Berat Badan.....	31
2. Tinggi Badan	33
3. Indeks Massa Tubuh (IMT).....	36
4. Pemeriksaan Tekanan Darah.....	36

BAB 7 RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN RELAKSASI BENSON	49
A. Pengertian.....	49
B. Gerakan.....	49
 BAB 8 PENERAPAN ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN HIPERTENSI.....	55
A. Identitas Keluarga	55
B. Riwayat Dan Tahap Perkembangan Keluarga	56
C. Struktur Keluarga.....	58
D. Fungsi Keluarga.....	59
E. Stressor dan Koping.....	63
F. Kesehatan Lingkungan	64
G. Fasilitas Sosial dan Fasilitas Kesehatan	65
H. Pemeriksaan Fisik Anggota Keluarga.....	66
I. Data Kesehatan Terkait Anggota Keluarga Dengan Masalah Kesehatan Khusus	69
 BAB 9 ANALISA DATA KESEHATAN KELUARGA.....	72
A. Skoring Masalah Keperawatan.....	76
B. Daftar Prioritas Diagnosa Keperawatan	80
C. Rencana Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. S.....	81
D. Catatan Keperawatan Keluarga	90
E. Catatan Perkembangan	94
 BAB 10 ANALISA KASUS	105
A. Analisa Situasi	105
B. Gangguan Proses Keluarga	108

C. Perencanaan Sampai Dengan Evaluasi Dari Tiap Diagnosa.....	108
------------------------------------------------------------------	-----

DAFTAR PUSTAKA.....	118
PROFIL PENULIS	120

BAB 1

PROGRAM PELATIHAN KELOMPOK KADER DAN LANSIA DENGAN PERHATIAN KHUSUS (PELITA HATIKU)

A. Deskripsi Program

Kelompok Pelatihan Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus merupakan suatu kelompok dukungan lansia yang menekankan pada peran Kader Kesehatan lansia untuk mengajak dan memotivasi lansia untuk hidup sehat, serta memantau dan memberikan informasi/konseling kesehatan dan gizi lansia.

Kader Kesehatan Peduli Lansia dipilih dari keluarga lansia dengan perhatian khusus (contoh keluarga yang memiliki kepedulian sosial yang tinggi, serta mampu berkomunikasi dengan baik. Kelompok Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus melaksanakan aktivitasnya secara rutin setiap bulan. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi kegiatan pemantauan kesehatan dan gizi, pemberian informasi dan edukasi kesehatan, serta aktivitas kelompok yang dapat dikembangkan sesuai keinginan anggotanya. Kegiatan Kelompok Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus dilaksanakan di wilayah Kelurahan binaan puskesmas.

B. Visi Program

Program Kelompok Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus diselenggarakan dengan visi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia

C. Tujuan

Program Kelompok Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus bertujuan untuk:

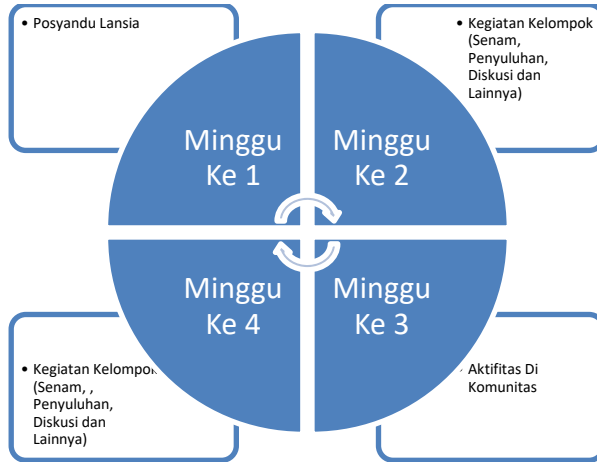
- a. Menyediakan wadah bagi lansia untuk beraktivitas, saling berinteraksi, dan mendapatkan pelayanan kesehatan
- b. Memberdayakan lansia sebagai kader kesehatan
- c. Meningkatkan pengetahuan terkait gizi dan kesehatan pada lansia
- d. Meningkatkan aktivitas fisik pada lansia
- e. Meningkatkan pemantauan gizi dan kesehatan untuk lansia
- f. Menyediakan forum diskusi dan berbagi bagi lansia, terutama berkaitan dengan peningkatan kesehatan dan kualitas hidup lansia (seperti lansia hipertensi)

D. Sasaran

Sasaran program adalah seluruh lansia yang ingin bergabung ke dalam komunitas Kelompok Kader dan Lansia Tanggap Hipertensi di Kelurahan

E. Kegiatan Kelompok

Aktifitas Kelompok Kader dan Lansia Dengan Perhatian Khusus:



Kegiatan Kelompok Lansia terdiri dari:

- a. Kegiatan Pekan Pertama Kegiatan di Pekan Pertama berupa Posyandu Lansia.

Kader PELITA HATIKU bertugas dalam bentuk tim, dimana satu tim terdiri dari minimal 3 orang.

Kegiatan pada Posyandu Lansia terdiri dari:

- 1) Pendaftaran, meliputi:
 - a) Pencatatan data klien
 - b) Pemberian kartu bantu dan KMS Lansia.
- 2) Pemantauan Gizi dan Kesehatan, meliputi:
 - a) Penimbangan berat badan
 - b) Pengukuran tinggi badan
 - c) Pengukuran lemak tubuh
 - d) Penentuan Indeks Massa Tubuh (IMT)
 - e) Pengukuran tekanan darah

- f) Pemeriksaan gula darah, asam urat, kolesterol (jika memenuhi kriteria tertentu)
 - g) Pencatatan hasil pengukuran di kartu bantu dan KMS Lansia.
- 3) Konseling, meliputi:
- a) Konseling gizi dan kesehatan
 - b) Pencatatan pelayanan kesehatan yang diberikan pada kartu bantu dan KMS Lansia
- b. Kegiatan Pekan Kedua dan Keempat
- Kegiatan Pekan Kedua merupakan kegiatan kelompok dengan berbagai jenis kegiatan yang disesuaikan dengan minat anggota Kelompok Lansia. Kegiatan yang dapat dilaksanakan antara lain,
- 1) Senam bersama
 - 2) Penyuluhan kesehatan
 - 3) Diskusi kesehatan (bertukar cerita)
 - 4) Keterampilan, dan lain sebagainya

F. Struktur Organisasi

Struktur organisasi kelompok kader dan lansia tanggap hipertensi terdiri dari pengurus dan anggota.

- a. Pengurus kelompok kader dan lansia tanggap hipertensi adalah Kader Kesehatan
- b. Anggota kelompok kader dan lansia tanggap hipertensi adalah seluruh lansia yang rutin mengikuti kegiatan Posyandu Lansia di pekan pertama dan kegiatan kelompok di pekan kedua dan ditandai dengan kepemilikan Buku Kesehatan Lansia.

G. Pelaksana Kelompok Lansia

- a. Kader Tanggap Lansia Hipertensi
Kader kesehatan berperan sebagai pelaksana utama kegiatan Kelompok Lansia Hipertensi.
- b. Supervisor
Supervisor berperan sebagai pendamping dan pembina bagi Kader Kesehatan, termasuk berperan dalam memberikan penyegaran pengetahuan serta keterampilan kesehatan dan gizi, serta menerima laporan dari Kader. Sebagai tenaga profesional, supervisor juga dapat membantu memberikan pelayanan kesehatan sesuai dengan kompetensinya.
- c. Petugas Puskesmas
Petugas Puskesmas berperan sebagai pembina Kelompok Lansia sebagai salah satu Poksila binaan di wilayahnya. Sebagai tenaga profesional, petugas puskesmas juga dapat membantu memberikan pelayanan kesehatan sesuai dengan kompetensinya.

H. Lokasi Dan Waktu Pelaksanaan

- a. Lokasi
Pelaksanaan Kelompok Lansia diselenggarakan di Kelurahan Linggasari Kabupaten Ciamis.
- b. Waktu Pelaksanaan
Kelompok Lansia dilakukan pada waktu sebagai berikut:
 - 1) Posyandu Lansia di pekan pertama Posyandu Lansia diselenggarakan 2 hingga 4 hari pada pekan pertama setiap bulan, sesuai dengan ketersediaan jumlah tim kader. Satu tim kader yang terdiri dari minimal 3 orang. Kegiatan Posyandu Lansia bisa

diselenggarakan menyesuaikan dengan waktu puskesmas dan masyarakat.

- 2) Kegiatan Kelompok di pekan kedua dan keempat
Kegiatan kelompok diselenggarakan satu kali di pekan kedua dan keempat. Waktu pelaksanaan kegiatan menyesuaikan dengan kesepakatan antara Kader Kesehatan , anggota Kelompok Lansia, supervisor, dan pihak lain yang terkait.

I. Peran Dan Tugas Kader Tanggap Lansia

PERAN KADER

- a. Memantau status gizi dan kesehatan lansia dan melakukan pencatatan data kesehatan
- b. Membantu lansia untuk mengatur pola makan yang sehat.
- c. Membantu dan mendukung lansia melakukan aktivitas fisik yang memadai
- d. Melakukan konseling, edukasi, dan penyuluhan kesehatan
- e. Menjadi fasilitator dalam kegiatan Kelompok Lansia
- f. Memotivasi lansia untuk hidup sehat dan mandiri sesuai dengan kemampuan lansia guna membantu meningkatkan kualitas hidup lansia.

Tugas Kader Kesehatan

Tugas Kader Kesehatan dapat dibagi menjadi tiga bagian, yaitu tugas sebelum hari buka Posyandu Lansia, saat hari buka Posyandu Lansia di pekan pertama, dan saat kegiatan kelompok di pekan kedua dan keempat.

- a. Tugas Kader Kesehatan sebelum hari buka Posyandu Lansia
 - o Melakukan persiapan penyelenggaraan kegiatan Posyandu Lansia
 - o Mengajak dan mengingatkan lansia di Masyarakat untuk datang ke Posyandu Lansia

- Membagi tugas antar kader
 - Melakukan koordinasi dengan supervisor, petugas puskesmas
 - Menyiapkan kartu bantu, KMS lansia dan buku laporan kegiatan Kelompok Lansia
- b. Tugas Kader Kesehatan saat hari buka Posyandu Lansia
- Mendaftar klien yang datang ke Posyandu Lansia
 - Menimbang, mengukur tinggi badan/ tinggi lutut, menilai indeks massa tubuh (IMT) dan mencatat hasilnya.
 - Mengukur persen lemak tubuh dan mencatat hasilnya.
 - Mengukur tekanan darah klien dan mencatat hasilnya.
 - Mengukur kadar gula darah, asam urat, dan kolesterol klien ketika diperlukan dan mencatat hasilnya.
 - Memberitahukan hasil pemeriksaan kesehatan,
 - Memberikan konseling
 - Memotivasi lansia agar terus menerapkan perilaku sehat.
 - Mengisi buku laporan kegiatan Kelompok Lansia
 - Melakukan diskusi dengan supervisor untuk evaluasi kegiatan Posyandu Lansia
- c. Tugas Kader Kesehatan setelah hari buka Posyandu Lansia
- Melengkapi pengisian buku laporan kegiatan Kelompok Lansia
 - Melakukan persiapan kegiatan kelompok yang akan dilaksanakan di Pekan kedua dan keempat dan berkoordinasi dengan pihak terkait, seperti supervisor, narasumber bila ada
 - Mengajak dan mengingatkan anggota Kelompok Lansia untuk datang pada kegiatan kelompok

d. Tugas Kader Kesehatan pada Kegiatan Kelompok di Pekan Kedua dan Keempat

- Mendaftar klien yang datang ke pada kegiatan kelompok
- Memfasilitasi kegiatan kelompok
- Melaksanakan kegiatan kelompok bersama-sama dengan anggota Kelompok Lansia
- Mengisi buku laporan kegiatan Kelompok Lansia
- Melakukan evaluasi bulanan bersama supervisor dan membuat rencana kegiatan bulan berikutnya.

J. Formulir Isian

Kegiatan Kelompok Kader dan Lansia

No	Tanggal	Nama Kegiatan	Jumlah Peserta	Uraian Kegiatan	Keterangan

Rekapitulasi Kegiatan Kelompok Kader dan Lansia

No	Pelaksanaan	Kegiatan						Keterangan
		1	2	3	4	5	6	
1	Tanggal Kegiatan							
2	Lokasi							
3	Jenis Kegiatan							
4	Jumlah Peserta							
5	Jumlah Petugas PKM							
6	Keterangan							
7	Diketahui Oleh							