



## **Pendampingan Kader Kesehatan dalam Implementasi Keperawatan Keluarga Sehat**

### *The Accompaniment of Health Cadre in Implementation of Health Care Family*

**Nutrisia Nu'im Haiya\*, Iwan Ardian**

Departemen Komunitas Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Sultan Agung  
*Corresponding author:* h41ya\_nuim@yahoo.com\*, iwanardian@unissula.ac.id

Riwayat Artikel: Dikirim; Diterima; Diterbitkan

#### **Abstrak**

Peningkatan kualitas hidup manusia Indonesia merupakan salah satu tujuan dari program Indonesia sehat yang menjadi program utama pembangunan kesehatan dimana hal ini tertuang dalam keputusan menteri kesehatan Republik Indonesia nomor HK.02.02/menkes/52/2015. Pembangunan kesehatan dilaksanakan dengan pendayagunaan seluruh lapisan masyarakat yang dimulai dari unit terkecil yaitu keluarga. Maka dengan kata lain keluarga sebagai fokus pelaksanaan Indonesia sehat. Melalui pengabdian masyarakat dengan melakukan pendampingan kader kesehatan untuk mengimplementasikan keperawatan keluarga sehat, dengan menggunakan metode promotif dan preventif yang terangkum dalam beberapa tahapan pelaksanaan. Pertama, dengan melakukan penyuluhan kesehatan dalam hal ini terkait hipertensi, stroke, TB, dan pola hidup bersih dan sehat, kemudian dilanjut dengan diskusi. Kedua, melakukan pelatihan kader kesehatan terkait pengontrolan tekanan darah tinggi, dengan cara senam anti stroke, pelatihan pengukuran tekanan darah. Ketiga, pendampingan pelaksanaan Posyandu lansia yang mana peserta posyandu tersebut merupakan masyarakat usia dewasa (pralansia) dan lansia, melakukan senam anti stroke, dan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan fisik dan pengukuran tekanan darah serta gula darah, asam urat dan kolesterol. Juga melakukan pendampingan kader dalam pelaksanaan posbang balita, pengabdian masyarakat ini dilakukan di RW 1 Kelurahan Bangetayu Genuk Semarang. Yang dalam pelaksanaannya bekerjasama dengan Puskesmas Bangetayu Genuk Semarang.

**Kata kunci:** Implementasi keperawatan, kader kesehatan, keluarga sehat, pendampingan kader

#### **Abstract**

*Improving the quality of human life in Indonesia is one of the goals of the healthy Indonesia program which is the main program of health development where this is stated in the decision of the Minister of Health of the Republic of Indonesia number HK.02.02 / menkes / 52/2015. Health development is carried out by empowering all levels of society starting from the smallest unit, namely the family. So in other words the family as the focus of the implementation of a healthy Indonesia. Through community service by assisting health cadres to implement healthy family nursing, using promotive and preventive methods that are summarized in several stages of implementation. First, by conducting health education in this case related to hypertension, stroke, TB, and a clean and healthy lifestyle, then continued with discussion. Second, health cadres training related to controlling high blood pressure, by means of anti-stroke exercises, blood pressure measurement training. Third, assisting the implementation of the Posyandu for the elderly in which posyandu participants are adults (pralansia) and the elderly, doing anti-stroke exercises, and health checks which include physical examination and measurement of blood pressure and blood sugar, uric acid and cholesterol. Also, assisting cadres in the implementation of toddlers' posbang, this community service is carried out in RW 1, Bangetayu Genuk, Semarang. Which in its implementation collaborates with Puskesmas Bangetayu Genuk, Semarang.*

**Keywords:** Implementation of nursing, health cadres, healthy families, cadre assistance

#### **PENDAHULUAN**

Implementasi keperawatan keluarga sehat, merupakan salah satu wujud nyata yang dilakukan, guna tercapainya derajat kesehatan yang setinggi-tingginya pada masyarakat Indonesia. Mengacu pada RPJMN 2015-2019, agenda ke 5 Nawa Cita, yaitu meningkatkan



kualitas hidup manusia Indonesia, yang kemudian disusun dalam keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor HK.02.02/menkes/52/2015. Dalam pencapaian program Indonesia sehat ada 12 indikator utama untuk keluarga sehat yaitu: 1) mengikuti program keluarga berencana, 2) melakukan persalinan di fasilitas kesehatan, 3) bayi mendapatkan imunisasi dasar lengkap, 4) Bayi mendapatkan ASI, 5) Balita mendapatkan pemantauan pertumbuhan, 6) penderita tuberkulosis paru mendapatkan pengobatan sesuai standar, 7) Penderita hipertensi melakukan pengobatan secara teratur, 8) Penderita gangguan jiwa mendapatkan pengobatan dan tidak ditelantarkan, 9) Tidak merokok, 10) Telah menjadi anggota jaminan kesehatan nasional, 11) Penggunaan air bersih, 12) penggunaan jamban sehat.

Dua belas Indikator Utama keluarga sehat yang ada dalam program Indonesia Sehat tersebut, dapat dicapai dengan ebrbagai upaya yang dapat dilakukan. Namun Pemenrintah memberikan garis besar prioritas utama upaya yang harus dilakukan, yaitu: 1) Upaya penurunan AKI dan AKB, 2) Upaya penurunan prevalensi balita stunting, 3) Upaya pengendalian penyakit menular, 4) Upaya pengendalian penyakit tidak menular. Hal ini yang menjadi acuaan dalam pengabdian masyarakat ini, namun tidak keseluruhan yang di ambil. Pengabdian masyarakat yang dilakukan lebih berfokus kepada pengendalian penyakit tidak menular, walaupun sedikit ditambahkan kegiatan yang kearah penyakit menular, dan pemantauan perkembangan Balita, yang tercakup dalam upaya penurunan AKI dan AKB. Untuk upaya pengendalian penyakit tidak menular yang telah dilakukan, berfokus pada pengendalian peningkatan tekanan darah, dikarenakan akan beresiko pada terjadinya stroke.

Pengendalian peningkatan tekanan darah, agar tekanan darah dapat stabil, dapat dilakukan dengan mengontrol pola hidup sehat. Seperti aktifitas fisik, yaitu olah raga ringan, dan mengatur pola makan. Beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh Hernawan & Rosyid (2017), Safitri & Astuti (2017), dan Anwari et.al. (2018) menjelaskan bahwa senam hipertensi dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Dengan melakukan pelatihan dan pendampingan kader kesehatan dalam pelaksanaan senam dan pengukuran tekanan darah, makan kader akan selalu dapat memantau perkembangan masyarakat dengan hipertensi, dan ini berarti telah terjadi pemanfaatan sumberdaya yang terdapat di masyarakat.

Upaya prioritas kesehatan yang diprogramkan oleh pemerintah tidak akan berjalan dengan baik tanpa ada dukungan dari masyarakat. Kader kesehatan termasuk kedalam sumberdaya masyarakat, yang dapat dijadikan mitra dalam upaya kesehatan masyarakat, jadi kader kesehatanlah yang nantinya akan menjadi ujung tombak peningkatan kesehatan keluarga. Oleh karenanya perlu dilakukan pendampingan kader kesehatan dalam implementasi keperawatan kesehatan keluarga.

## **METODE**

Pengabdian masyarakat yang telah dilakukan, menggunakan metode promotif dan preventif, dengan pemberdayaan masyarakat, melalui pendampingan kader kesehatan. Tim dalam pengabdian masyarakat ini merupakan Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA berkerjasama dengan Puskesmas Bangetayu Genuk Semarang dibantu oleh beberapa Mahasiswa, dengan mitra Kader Kesehatan yang ada di RW1 kelurahan Bangetayu kecamatan Genuk Kota Semarang. Hal ini termasuk kedalam upaya Perawatan Kesehatan Masyarakat (Perkesmas) yang terdapat dalam program Puskesmas.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya kepuasan dari masyarakat dan juga kader kesehatan serta Forum Kesehatan Kelurahan (FKK) dan kepala kelurahan.



Gambar 1. Tim Pengabdian bersama Kepala Kelurahan dan tokoh masyarakat Banggetayu Wetan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Juli dan Agustus, dengan beberapa tahapan pelaksanaan. Yaitu, melakukan penyuluhan tentang hipertensi, stroke, TBC dan PHBS, kemudian melakukan pelatihan kader kesehatan terkait senam anti stroke, dan pengukuran tekanan darah tinggi, kemudian melakukan pendampingan pelaksanaan posyandu dengan memberikan senam anti stroke, pemeriksaan fisik, tekanan darah, kolesterol, asam urat dan gula darah. Selain itu, tim pengabdian juga melakukan pemantauan kesehatan, pada salah satu pos penimbangan balita, yang ada di arw 1 Banggetayu Wetan. Koordinasi tim dan persiapan dilakukan beberapa bulan sebelum pelaksanaan.



Gambar 2. Koordinasi Tim dan Penjaringan



Gambar 3. Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan/ Promosi Kesehatan dilaksanakan berguna untuk menambah pengetahuan masyarakat, tentang kesehatan terutama pada pencegahan penyakit menular dan tidak menular. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat dapat merubah prilaku dalam pola hidup sehat.



Gambar 4. Pelatihan senam anti stroke

Pelatihan Senam anti stroke yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat ke pada kader kesehatan yang diikuti oleh Kepala Kelurahan, Ketua Penggerak PKK dan Ketua FKK.



Gambar 5. Pelatihan Pemeriksaan tekanan darah

Kader Kesehatan yang merupakan bagian dari lapisan masyarakat adalah pioner yang ada di masyarakat yang dapat digerakkan dengan baik, ini merupakan ujud pemberdayaan masyarakat. Pelatihan Kader Kesehatan meningkatkan pengetahuan, sikap dan kemampuan kader dalam rangka mendukung Program Indonesia Sehat. Dengan bekal pengetahuan dan kemampuan yang cukup Kader Kesehatan dapat selalu mengontrol tekanan darah penderita hipertensi.



Gambar 6. Pelaksanaan Posyandu Lansia



Gambar 7. Pelaksanaan Senam Anti Stroke di Posyandu

Tul'aini, Arneliwati & Dewi (2014) telah melakukan *experiment* dengan hasil, senam anti stroke dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Sehingga pendampingan dan pelatihan Kader Kesehatan dalam melakukan senam anti stroke, akan dapat meminimalisir kejadian stroke, dan dapat mengontrol tekanan darah penderita hipertensi. Senam anti stroke yang dilakukan, menjadikan otot-otot pada tubuh menjadi rileks, sehingga menjadikan senam anti stroke menjadi salah satu teknik relaksasi otot. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Sulistyarini (2013), menyampaikan terapi relaksasi otot dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Senam anti stroke merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk pengendalian tekanan darah pada penderita tekanan darah tinggi atau hipertensi. Sejalan dengan program pemerintah, dalam upaya pengendalian penyakit tidak menular.



Gambar 9. Pos Penimbangan (Posbang)

Pos Bang atau Pos Penimbangan dilakukan pada RT yang letaknya jauh dari Posnyandu, sedangkan untuk kegiatannya adalah pemantauan perkembangan dan pertumbuhan Baliata serta pemantauan kesehatan Lansia. Pencatatan dari hasil pelaksanaan Posbang akan dilaporkan ke pada posyandu setiap bulan.



Gambar 8. Evaluasi

Masyarakat gembira dengan adanya pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di RW 1 Kelurahan bangetayu Wetan. Apresiasi masyarakat yang cukup tinggi, berharap pengabdian masyarakat seperti ini bisa terus ada.



Gambar 10. Tim Pengabdian bersama Kader Kesehatan

Pengabdian masyarakat sangat mungkin dapat dilakukan oleh setiap akademisi dalam hal ini adalah Dosen beserta mahasiswa. Mengaplikasikan ilmu yang telah dimiliki merupakan pemanfaatan keilmuan yang juga akan menjadikan bertambahnya ilmu yang dimiliki.

## PENUTUP

Pengabdian masyarakat memberikan kepuasan tersendiri terhadap masyarakat terdampak dan meningkatkan pengetahuan serta kemampuan masyarakat dalam pemenuhan pola hidup sehat terutama untuk pengendalian tekanan darah pada penderita tekanan darah tinggi. Pengabdian masyarakat ini menjadikan terpenuhinya pelaksanaan tridarma perguruan tinggi.

## Daftar Pustaka

- Anwari, M., Vidyawati, R., Salamah, R., Refani, M., Winingsih, N., Yoga, D., Inna, R., Susanto, T., (2018). Pengaruh Senam Anti Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal Of Health Science*. edisi: Khusus. **Error! Hyperlink reference not valid.**
- Hernawan, T., Rosyid, F.N., (2017). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Wredadarma Bhakti Kelurahan Pajang Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, ISSN 1979-7621, Vol. 10, No. 1. Juni 2017 **Error! Hyperlink reference not valid.**
- Kementrian Kesehatan RI., (2016) *Pedoman Umum: Program Indonesia Sehat Dengan pendekatan Keluarga*. Jakarta: Kemenkes
- Safitri, W., Astuti, H.P., (2017). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Desa Blembem Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada: vol.8 No.2 Juli 2017*. <http://jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/view/230>
- Sulistyarini, I. (2013). Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada: Vol.40 N0.1 Juni* <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7064>
- Tul'aini, N., Arneliwati., Dewi, Y.I., (2014). Efektifitas Kombinasi Terapi Kukusan Labu Siam dan Senam Anti Stroke terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau (JOM PSIK UNRI)*. Vol 1. No 1. Februari. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3515>