

**EFEKTIVITAS HEALTH EDUCATION TERHADAP
KETERAMPILAN PERAWATAN DIRI PADA LANSIA DI PANTI
GRIYA LANSIA JANNATI PROVINSI GORONTALO**

Hamna Vonny Lasanuddin¹, Rosmin Ilham², Pipin Yunus³, Isra R. Sudai⁴
israsudai@gmail.com⁴

Universitas Muhammadiyah Gorontalo

ABSTRAK

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, jika seorang lanjut usia sakit, biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Pendidikan kesehatan harus diberikan dengan menggunakan metode yang tepat agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik serta dapat diberikan kepada seluruh lapisan dalam masyarakat. Tujuan penelitian ini mahasiswa mampu menganalisis penerapan health education terhadap keterampilan perawatan diri pada lansia di Panti Griya Lansia Jannati. Metode penelitian yang di lakukan yaitu experimental design (one group pre-test post-test design) pada 5 lansia yang memiliki perawatan diri rendah sebanyak 5 orang responden yang tinggal di Panti Griya Lansia Jannati. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan perawatan diri pada lansia sebelum diberikan health education sebanyak 3 orang berada pada kategori cukup dan 2 orang berada pada kategori kurang, sedangkan sesudah diberikan health education sebanyak 2 orang berada pada kategori baik dan 2 orang berada pada kategori cukup serta 1 orang berada pada kategori kurang.

Kata Kunci: Health Education, Lansia, Perawatan Diri

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, keberhasilan pembangunan di berbagai bidang terutama bidang kesehatan menyebabkan terjadinya peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia termasuk Indonesia kelompok lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan baik secara alamiah maupun akibat penyakit, oleh karena itu, sejalan dengan semakin meningkatnya jumlah penduduk lansia maka sejak sekarang kita sudah harus mempersiapkan dan merencanakan berbagai program kesehatan yang ditujukan bagi kelompok lansia (Dedi, 2020).

World Health Organization (WHO) mencatat bahwa terdapat 600 juta jiwa lansia pada tahun 2016 diseluruh dunia. WHO juga mencatat terdapat 142 juta jiwa lansia diwilayah regional Asia Tenggara, sedangkan menurut Badan Pusat Statistik (BPS), tercatat jumlah lansia Indonesia mencapai jumlah 28 juta jiwa pada tahun 2017 dari yang hanya 19 juta jiwa pada tahun 2016. Jumlah ini akan melonjak hingga ± 33 juta orang lanjut usia (12% dari total penduduk) pada tahun 2025, dengan umur harapan hidup kurang lebih 70 tahun (BPS, 2020).

Jumlah lansia di Indonesia, semakin mengalami peningkatan dari 7,56% (± 18 juta jiwa) menjadi 9,7% ($\pm 25,9$ juta jiwa) pada tahun 2019 dan diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2035 menjadi 15,77% atau sekitar 48,2 juta jiwa dan jumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3% dan 57,0 juta jiwa

atau 17,9% pada tahun 2045 (Wildhan et al, 2022).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik (PBS) Provinsi Gorontalo, jumlah lansia meningkat setiap tahun, pada tahun 2019 terdapat 8,80% jiwa lansia pada tahun 2020 populasi lansia sekitar 10,15% jiwa lansia dari jumlah keseluruhan populasi yang ada di Provinsi Gorontalo (BPS, 2021), di Kabupaten Gorontalo pada tahun 2020 jumlah lansia mencapai 13,745 data tersebut berasal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo tahun 2021.

Jika seorang lanjut usia sakit, biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena anggapan yang keliru menyepelkan masalah kebersihan, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum. Karena itu hendaknya setiap individu lanjut usia selalu berusaha supaya personal hygienya dipelihara dan ditingkatkan. Kebersihan dan kerapian sangat penting dan diperlukan agar lanjut usia disenangi dan diterima dalam pergaulan, tetapi juga karena kebersihan diperlukan agar lanjut usia dapat hidup secara sehat (Munawati, 2018).

Pendidikan kesehatan sangat berperan terhadap pemenuhan perawatan diri pada lanjut usia karena hal ini akan meningkatkan pengetahuan dan upaya untuk merubah perilaku seseorang. Pemberian pendidikan kesehatan tentang personal hygiene pada lanjut usia merupakan hal yang penting agar lanjut usia dapat lebih memperhatikan perilaku dalam melakukan personal hygiene demi kesehatan dan kenyamanan diri. Diharapkan lanjut usia dapat tetap memelihara kebersihan diri untuk meningkatkan derajat kesehatan, sehingga lanjut usia dapat menikmati masa tua yang sehat, bahagia dan berdaya guna. Kebersihan diri dapat mempengaruhi kenyamanan, keamanan, kesejahteraan lanjut usia, hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup lanjut usia (Dina, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Firdausi (2020) hasil program ini adalah edukasi, motivasi dan pemenuhan personal hygiene lanjut usia erat hubungannya dalam pemenuhan kebutuhan dasar lanjut usia dan meningkatkan kesehatan bio, psiko dan sosio-spiritual lanjut usia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 29 September di Panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo didapatkan sebanyak 27 lansia yang berada dipanti, dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terdapat 1 lansia mengalami masalah dimensia saat dilakukan wawancara serta observasi diketahui bahwa lansia tersebut meskipun belum mandi tetapi lansia merasa sudah mandi dengan mengganti bajunya, sedangkan 4 lansia lain mengalami defisit perawatan diri dimana lansia mengatakan bahwa tidak memiliki keinginan untuk mandi, saat mandi menggunakan pakaian yang telah diakui sebelumnya, tidak memiliki semangat untuk melakukan aktivitas dan merasa mudah lelah sedangkan untuk perawatan kuku akan dilakukan apabila petugas panti yang menganjurkan bahkan terdapat lansia yang tidak mau memotong kuku sehingga petugas panti yang memotong kukunya.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas health education terhadap keterampilan perawatan diri pada lansia di Panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo“.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah experimental design (one group pre-test post-test design), jenis penelitian ini dilakukan dengan cara sebelum diberikan treatment/perlakuan, variabel dependen diobservasi/diukur terlebih dahulu (pre-test) setelah itu dilakukan treatment/perlakuan dengan menggunakan instrument berupa sop, lembar observasi untuk variabel independen dan setelah treatment dilakukan pengukuran/observasi (post-test). Subjek pada studi kasus ini adalah lansia yang memiliki

perawatan diri rendah sebanyak 5 orang responden yang tinggal di Panti Griya Lansia Jannati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan masalah keperawatan yang ditemukan bahwa intervensi yang diberikan pada masalah demensia dan defisit perawatan diri adalah health education yaitu edukasi tentang perawatan diri intervensi ini dilakukan pada 5 orang lansia dengan perawatan diri rendah tanggal 03-06 Oktober 2023 di Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo. Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan peneliti selama 3 hari, dengan menggunakan checklist keterampilan perawatan diri dan leaflet sesuai dengan SOP terlebih dahulu menjelaskan tujuan kepada lansia atau responden yang memiliki perawatan diri rendah yaitu melatih kemandirian lansia dalam perawatan diri seperti mandi, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting.

1. Berdasarkan masalah keperawatan pada pasien 1 dengan demensia berat intervensi yang telah dilakukan selama 3 hari dalam perawatan diri rendah seperti mandi 2 kali dalam sehari, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting, melatih dan mengajarkan kebersihan perseorangan serta memberikan rasa nyaman, selanjutnya menjelaskan tentang perawatan diri mandi, menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar, perawatan diri memotong kuku dan perawatan diri toileting.

2. Berdasarkan masalah keperawatan pada pasien 2 dengan deficit perawatan diri intervensi yang telah dilakukan selama 3 hari dalam perawatan diri rendah seperti mandi, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting, melatih dan mengajarkan kebersihan perseorangan serta memberikan rasa nyaman, selanjutnya menjelaskan tentang perawatan diri mandi, menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar, perawatan diri memotong kuku dan perawatan diri toileting.

3. Berdasarkan masalah keperawatan pada pasien 3 dengan deficit perawatan diri intervensi yang telah dilakukan selama 3 hari bersama pengasuh panti griyah lansia jannati dalam perawatan diri rendah seperti mandi 2 kali dalam sehari, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting, melatih dan mengajarkan kebersihan perseorangan serta memberikan rasa nyaman, selanjutnya menjelaskan tentang perawatan diri mandi, menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar, perawatan diri memotong kuku dan perawatan diri toileting

4. Berdasarkan masalah keperawatan pada pasien 4 dengan defisit perawatan diri intervensi yang telah dilakukan selama 3 hari dalam perawatan diri rendah seperti mandi, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting, melatih dan mengajarkan kebersihan perseorangan serta memberikan rasa nyaman, selanjutnya menjelaskan tentang perawatan diri mandi, menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar, perawatan diri memotong kuku dan perawatan diri toileting

5. Berdasarkan masalah keperawatan pada pasien 5 dengan defisit perawatan diri intervensi yang telah dilakukan selama 3 hari dalam perawatan diri rendah seperti mandi, menggosok gigi, mencuci rambut, mencuci tangan, memotong kuku dan toileting, melatih dan mengajarkan kebersihan perseorangan serta memberikan rasa nyaman, selanjutnya menjelaskan tentang perawatan diri mandi, menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar, perawatan diri memotong kuku dan perawatan diri toileting

Health education ini diberikan selama 3 hari dan juga menilai perkembangan perawatan diri pada lansia setelah diberikan health education. Dimana pada hari pertama peneliti menilai terlebih dulu keterampilan perawatan diri lansia yang kemudian diberikan health education sesudah SOP dan leaflet, kemudian pada hari kedua peneliti menilai kembali keterampilan perawatan diri lansia, apabila ada lansia yang lupa tentang health

education yang diberikan peneliti menjelaskan kembali sesuai dengan SOP dan pada hari ketiga atau terakhir peneliti menilai kembali keterampilan perawatan diri lansia setelah diberikan health education di hari pertama.

Tabel 1.
Distribusi keterampilan perawatan diri sebelum diberikan health education

Kategori	Hasil	%
Baik	0	0
Cukup	3	60
Kurang	2	40
Total	5	100

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 2.
Distribusi keterampilan perawatan diri sesudah diberikan health education

Kategori	Hasil	%
Baik	2	40
Cukup	2	40
Kurang	1	20
Total	5	100

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan penyajian tabel diatas sebelum pemberian health education, keterampilan perawatan diri pada lansia sebanyak 2 orang termasuk pada kategori kurang dan 3 orang berada pada kategori cukup, dan pada kategori baik tidak ada. Sedangkan sesudah diberikan health education sebanyak 2 orang lansia memiliki keterampilan perawatan diri baik dan 2 orang lansia memiliki keterampilan perawatan diri cukup, 1 orang lansia memiliki keterampilan perawatan diri kurang. apabila ditinjau dari total nilai sebelum dan sesudah diberikan health education terjadi perubahan akan tetapi masih berada pada kategori kurang, sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian health education tidak memiliki pengaruh terhadap perawatan diri pada 1 orang lansia tersebut.

Pembahasan

1. Perawatan Diri Pada Lansia Sebelum Diberikan Health Education

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa keterampilan perawatan diri lansia sebelum diberikan health education 3 orang lansia berada pada kategori cukup dan 2 orang lansia berada pada kategori kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan perawatan diri tidak dilakukan secara keseluruhan oleh lansia dimana lansia mau mandi apabila diberi perintah untuk mandi, kuku tangan dan kaki terlihat panjang dan kurang bersih diketahui juga lansia akan memotong kuku apabila diperintah atau dibantu oleh orang lain, tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas, lansia hanya akan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, terdapat satu orang lansia yang tidak mampu memakai pakaian sendiri dengan rapi masih memerlukan bantuan orang lain untuk merapkannya.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dedi (2019) dengan judul hubungan tingkat kemampuan perawatan diri dengan perubahan konsep diri pada lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia dan anak balita Wilayah Binjai Medan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 63 responden, pada usia lansia yang mengontrol bowel terkendali teratur sebanyak 35 responden (55,6%), kontrol BAK mandiri sebanyak 36 responden (57,1%), perawatan diri secara mandiri lansia yaitu sebanyak 60 responden (95,2%), penggunaan toilet perlu pertolongan yaitu sebanyak 44 responden (69,8%). Makan secara mandiri yaitu sebanyak 35 responden (55,6%), transfer perlu bantuan 2 orang sebanyak 22

responden (34,9%), bisa pindah secara mandiri yaitu sebanyak 16 responden (25,45), berpakaian secara mandiri 51 responden (81%), naik turun tangga mandiri sebanyak 38 responden (60,3%), mandi secara mandiri sebanyak 51 responden (81%).

2. Perawatan Diri Pada Lansia Sesudah Diberikan Health Education

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diatas diketahui bahwa keterampilan perawatan diri lansia sesudah diberikan health education 2 orang lansia berada pada kategori baik sedangkan 2 orang lansia masih berada pada kategori cukup dan 1 orang lansia masih berada pada kategori kurang. apabila ditinjau dari total nilai sebelum dan sesudah diberikan health education terjadi perubahan akan tetapi masih berada pada kategori kurang, sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian health education tidak memiliki pengaruh terhadap perawatan diri pada 1 orang lansia tersebut.

Setelah diberikan health education dan pemantauan selama 3 hari diketahui bahwa 2 orang lansia sudah mau mandi sendiri tanpa diberikan perintah meskipun lansia saat memakai pakaian masih belum terlalu rapi, dapat memotong dan membersihkan kukunya sendiri, mulai membiasakan mencuci tangan sebelum dan setelah beraktivitas, mulai memperhatikan penampilannya seperti merapikan pakaian yang digunakan, serta kebersihan lainnya seperti mandi secara teratur menggunakan sabun, saat keramas menggunakan shampoo diketahui juga lansia keramas rambut sebanyak 2 atau 3x seminggu, menyikat gigi menggunakan pasta gigi dll.

Sedangkan pada 2 orang lansia masih memerlukan bantuan orang lain untuk mandi, mengganti pakaian, memotong dan membersihkan kukunya, untuk mencuci tangan sebelum dan setelah beraktivitas masih harus diperintah, perlu bantuan orang lain untuk merapikan pakaian yang digunakan, serta kebersihan lainnya seperti mandi secara teratur menggunakan sabun, saat keramas menggunakan shampoo menyikat gigi menggunakan pasta gigi dan lainnya masih memerlukan bantuan orang lain ataupun harus diperintah. Terdapat 1 orang lansia selain memerlukan bantuan dari orang lain dalam melakukan perawatan diri, lansia juga kadang enggan mau melakukan perintah seperti diingatkan untuk mandi tetapi lansia tidak mau mandi.

Penelitian yang dilakukan oleh Tani (2017) dengan judul hubungan konsep diri dengan perawatan diri pada lansia di BPLU Senja Cerah Propinsi Sulawesi Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawatan diri lansia di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara kurang baik yaitu sebanyak 29 orang atau 72.5%. Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus di perhatikan karena keberhasilan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang.

KESIMPULAN

- 1) Keterampilan perawatan diri pada lansia sebelum diberikan health education sebanyak 3 orang berada pada kategori cukup dan 2 orang berada pada kategori kurang.
- 2) Keterampilan perawatan diri pada lansia sesudah diberikan health education sebanyak 2 orang berada pada kategori baik dan 2 orang berada pada kategori cukup serta 1 orang berada pada kategori kurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021.; 2021.
- Dedi. (2020). Hubungan Tingkat Kemampuan Perawatan Diri Dengan Perubahan Konsep Diri Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dan Anak Balita Wilayah Binjai. Jurnal Maternitas Kebidanan, Vol 4, No. 2, Oktober 2019 - Maret 2020 ISSN 2599-1841.
- Dina, R. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada

- Lanjut Usia Di Posyandu Lanjut Usia Desa Lebak Ayu Kec. Sawahan Kabupaten Madiun. DISS, STIKES Bhakti Husada Mulia.
- Firdausi. (2020). Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene Lanjut Usia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jombang di Pare. *Journal of Community Engagement in Health*. Vol.3 No.1. ISSN:2620-3758 (print); 2620-3766 (online).
- Munawati, E. (2018). Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Masalah Gangguan Perawatan Diri pada Lanjut usia Demensia. DISS, Universitas Airlangga.
- Wildhan, Agustina Tobing, S Sulaiman. (2022). Efek Terapi Punggung Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lanjut Usia. *Prosiding Seminar Hasil Penelitian 2019*, Vol.3 (1). <https://www.e-prosiding.umnaw.ac.id/index.php/penelitian/article/view/592>.