

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menuju masyarakat Indonesia sehat, tindakan yang harus dilakukan yaitu memberdayakan masyarakat. Salah satu upaya pemberdayaan yaitu dengan mengikutsertakan anggota masyarakat atau kader yang bersedia secara sukarela terlibat dalam masalah-masalah kesehatan. Kader merupakan salah satu orang terdekat yang berada ditengah-tengah masyarakat yang diharapkan dapat memegang pekerjaan penting khususnya setiap permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan (Setyatama, 2012).

Peran kader memegang peranan penting dalam menjembatani masyarakat khususnya kelompok sasaran posyandu. Berbagai informasi dari pemerintah lebih mudah disampaikan kepada masyarakat melalui kader, kader-kader lebih tanggap dan memiliki pengetahuan kesehatan diatas rata-rata dari kelompok sasaran posyandu (Naim, 2008).

Berdasarkan hasil sensus penduduk pada tahun 2010, Indonesia saat ini termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni, mencapai 18,1 juta jiwa atau 7,6 persen dari jumlah penduduk. Jumlah penduduk lansia 60 tahun lebih diperkirakan akan terus meningkat sehingga pada tahun 2025 diperkirakan mencapai jumlah 36 juta (proyeksi Bappenas) (Susanto, 2013). Seiring dengan bertambahnya jumlah lansia dari tahun ke tahun, maka diharapkan dengan adanya posyandu lansia, kesehatan

lansia dapat terjaga dan terjamin guna tercapainya keberhasilan pembangunan kesehatan di Indonesia (Dwi Haryani, 2013).

Upaya peningkatan kesehatan lansia secara efektif perlu didukung oleh keterampilan sumber daya manusia yang memadai dimana salah satunya adalah kader posyandu. Kader posyandu merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat. Kader posyandu bertugas membantu petugas puskesmas dalam melakukan pemeriksaan kesehatan lansia, antara lain: penilaian status gizi, dan pemeriksaan tekanan darah. Dampak keberadaan kader di tengah-tengah masyarakat dalam penyelenggaraan program pemeriksaan tekanan darah. Sehingga ditemukan kinerja kader yang masih rendah tentu berdampak pada kualitas kesehatan lansia di wilayahnya (Nita, 2011).

Pelayanan kesehatan bagi lansia sangat diperlukan salah satunya melalui posyandu lansia karena secara umum kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia akan mengalami penurunan. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran kesehatan dan psikis yang akhirnya akan berpengaruh pada aktivitas ekonomi dan sosila mereka sehingga secara umum akan berpengaruh pada kehidupan sehari-hari (Suhartini, 2004).

Pelayanan kesehatan di posyandu lanjut usia meliputi pemeriksaan kesehatan fisik dan mental dan emosional yang dicatat dan dipantau dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mengetahui lebih awal penyakit yang diderita atau ancaman masalah kesehatan yang dihadapi. Jenis pelayanan

kesehatan yang diberikan di posyandu lansia antara lain pemeriksaan status gizi, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan hemoglobin, kadar gula dan protein dalam urin, pelayanan rujukan ke puskesmas dan penyuluhan kesehatan. Kegiatan lain yang dapat dilakukan sesuai kebutuhan dan kondisi setempat seperti Pemberian Makan Tambahan (PMT) dengan memperhatikan aspek kesehatan dan gizi lanjut usia dan olahraga seperti senam lansia, gerak jalan santai untuk meningkatkan kebugaran (Petunjuk Pengisian KMS, DKK Pematang, 2010).

Penyelenggaraan posyandu yang baik berpengaruh pada keberlangsungan posyandu, sehingga kader akan terampil dan termotivasi perannya sebagai tenaga utama pelaksanaan posyandu (Kementrian Kesehatan RI, 2011).

Guna meningkatkan keterampilan seorang kader, salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ini salah satunya dilakukan dengan pendidikan dan pelatihan kader. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas kader dalam memberikan penyuluhan kepada peserta posyandu, serta masyarakat di wilayah kerja posyandu (Nita, 2011).

Salah satu pelatihan kader yang dapat diberikan yaitu pelatihan nafas dalam (Deep Breathing Exercise). Latihan pernafasan adalah salah satu cara untuk mencapai sistem pernafasan yang optimal, karena sangat erat hubungannya dengan tampilan maksimal paru. Latihan nafas tidak hanya ditujukan untuk membersihkan jalan nafas dari mukus berlebihan tapi juga ditujukan untuk mengatasi masalah penurunan volume paru, peningkatan

beban kerja pernafasan, pola nafas abnormal, gangguan pertukaran gas, dan hambatan arus udara dalam saluran nafas (Jenkins & Turker, 1993 dalam Dodi Rohman, 2015). Selain itu latihan pernafasan juga dapat meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan ansietas, menyingkirkan pola aktifitas otot-otot pernafasan yang tidak berguna, tidak terkoordinasi, melambatkan frekuensi pernafasan, serta mengurangi udara yang terperangkap (Suddart & Brunner, 2002).

Penelitian Telles dan Desiraju (1991) menunjukkan bahwa pengaturan pernafasan dalam dan lambat menyebabkan penurunan secara signifikan konsumsi oksigen. Teknik pernafasan dengan pola yang teratur juga dapat dilakukan untuk relaksasi, manajemen stres, kontrol psikofisiologis dan meningkatkan fungsi organ (Ritz & Roth, 2003; Kwekkeboom, 2005; Lane & Arcinesgas, 2007; Geng & Ikiz, 2009). Latihan nafas dalam dan lambat secara teratur akan meningkatkan respons saraf parasimpatis dan penurunan aktivitas saraf simpatik, meningkatkan fungsi pernafasan dan kardiovaskuler, mengurangi efek stres, dan meningkatkan kesehatan fisik dan mental (Velkumary & Madanmohan, 2004; Kiran, Behari, Venugopal, Vivekanandhan & Pandey, 2005; Larson & Jane, 2004).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kalibagor dan di Desa Kali Cupak Lor jumlah kader yang ada di Desa Kali Cupak Lor sebesar 29 orang. Bidan Desa mengatakan sebelumnya pernah dilakukan pelatihan kepada kader diantaranya pelatihan kelas ibu hamil, pelatihan kelas ibu balita dan pelatihan cara menghitung IMT pada ibu hamil

(yang dilakukan oleh semua kader). Jumlah masyarakat yang aktif dalam keikutsertaan posyandu sendiri sejumlah kurang lebih 90 orang dan rata-rata penyakit yang diderita oleh lansia di Desa Kali Cupak Lor yaitu hipertensi, kolesterol, dan ada pula lansia yang menderita asma.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tingkat pengetahuan dan demonstrasi kader tentang Deep Breathing Exercise di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Tingkat Pengetahuan dan Demonstrasi Kader tentang Deep Breathing Exercise di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan dan Demonstrasi Kader tentang Deep Breathing Exercise di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui karakteristik kader posyandu (umur, pendidikan, pekerjaan, lama pengabdian dan keikutsertaan pada pelatihan lainnya) di Desa Kali Cupak Lor wilayah kerja Puskesmas Kalibagor.

- b. Mengetahui perbedaan pengetahuan kader posyandu tentang deep breathing exercise sebelum dan setelah dilakukan pelatihan di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.
- c. Mengetahui demonstrasi kader posyandu dalam pelaksanaan deep breathing exercise setelah dilakukan pelatihan di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.
- d. Mengetahui pengaruh pengetahuan Deep Breathing Exercise setelah pelatihan terhadap demonstrasi kader dalam pelaksanaan Deep Breathing Exercise

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Pengembangan Keperawatan Perawat Komunitas

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi bagi perawat komunitas dan memberikan informasi mengenai pengaruh pelatihan deep breathing exercise terhadap keterampilan kader posyandu.

- b. Bagi Kader Posyandu

Meningkatkan pengetahuan kader dalam melakukan penyuluhan dan konseling tentang deep breathing exercise sebagai salah satu referensi terapi dalam menurunkan atau mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi, menurunkan tingkat stres, dan meningkatkan ventilasi paru.

c. Bagi Pihak Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan sebagai dasar pengembangan program untuk lansia di puskesmas dan posyandu setempat.

E. Penelitian Terkait

1. Berdasarkan penelitian Nita Pratiwi (2011) dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Gizi Seimbang Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat Tahun 2011”. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain pre-eksperimental. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data karakteristik individu (usia, pendidikan, pekerjaan, lama pengabdian, keikutsertaan pada pelatihan lainnya). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, hanya tingkat pendidikan kader yang mempengaruhi pengetahuan setelah pelatihan, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan keterampilan, selain itu umur, pendidikan dan lama pengabdian yang berpengaruh terhadap keterampilan kader dalam memberikan penyuluhan gizi seimbang. Perbedaan pada penelitian ini yaitu pada variabel bebasnya yaitu peneliti menggunakan deep breathing exercise sedangkan pada penelitian Nita Pratiwi menggunakan gizi seimbang. Untuk persamaan pada kedua penelitian sama-sama menggunakan metode pra eksperimental *One Group Pretest-Posttest*. Serta pada

variabel terikatnya sama-sama meneliti tentang pengetahuan dan keterampilan kader posyandu.

2. Penelitian Evi Dwi S (2013) yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Kader Terhadap Kemampuan Melakukan Pengelolaan Posyandu di Desa Srihardono Pundong Bantul Yogyakarta”. Jenis penelitian ini adalah pre eksperimen dengan rancangan penelitian *One Group Pretest-Posttest*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kemampuan kader dalam melakukan pengelolaan posyandu sebelum pelatihan adalah 5,28 masuk dalam kategori kurang baik dalam pengelolaan posyandu dan setelah diberikan pelatihan menjadi 8,29 dan masuk kategori baik. Hasil uji beda *paired t test* antara sebelum dan sesudah pelatihan kader menunjukkan adanya pengaruh dengan nilai p kemampuan kader 0,000 ($p < 0,05$).

Perbedaan pada penelitian ini variabel bebas yaitu pelatihan pengelolaan posyandu sedangkan peneliti menggunakan pelatihan deep breathing exercise.

Untuk persamaan pada penelitian ini terdapat pada metode penelitian yaitu menggunakan metode pra eksperimental *One Group Pretest-Posttest*.

3. Penelitian Sukiarko (2007) berjudul “Pengaruh Pelatihan Dengan Metode Belajar Berdasarkan Masalah Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Gizi Dalam Kegiatan Posyandu”. Penelitian ini termasuk dalam jenis quasi eksperimen dengan rancangan penelitian

non-randomized control group pretest posttest design. Hasil penelitian menunjukkan metode BBM meningkatkan rerata skor pengetahuan saat posttes 1 dan posttest 2, sedangkan metode konvensional hanya meningkatkan pengetahuan posttes 1. Rerata skor keterampilan kelompok BBM lebih tinggi dibandingkan kelompok konvensional saat posttest 1 ke posttest 2 pada kelompok BBM, sedangkan pada kelompok konvensional tidak.

Perbedaan pada penelitian ini yang akan dilakukan adalah pada variabel bebas penelitian yaitu pengaruh pelatihan dengan metode belajar sedangkan pada peneliti menggunakan pelatihan deep breathing exercise.

Persamaan pada penelitian ini terdapat pada metode penelitian yaitu menggunakan metode eksperimen.