

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan *massage* dengan metode *M Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

Yustina Emi Setyobudi, Oda Debora, Oktavia Indriyani

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, STIKes Panti Waluya Malang, Jawa Timur, Indonesia

Penulis korespondensi : Yustina Emi Setyobudi

E-mail : djoezt_85@yahoo.com

Diterima: 11 Juli 2024 | Direvisi: 09 Agustus 2024 | Disetujui: 12 Agustus 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Lansia mengalami perubahan dalam berbagai aspek kehidupannya. Perubahan yang dialami oleh lansia menyebabkan lansia mengalami penurunan fungsi dan rentan mengalami perubahan status kesehatan, menderita penyakit yang bersifat akut dan kronis. Perawatan lansia dengan penyakit kronis merupakan perawatan jangka panjang dan berkelanjutan. Keluarga adalah sumber daya terbesar untuk perawatan individu dengan penyakit kronis, sebab keluarga adalah pemberi perawatan yang paling tahan lama, dan menawarkan perawatan yang konstan dan berkelanjutan sepanjang waktu. Beban akibat kegiatan perawatan, perlu ditatalaksana guna meminimalkan dampak negatif pada *caregiver* informal. Kegiatan PkM ini dilaksanakan di RW 01 Kelurahan Sukoharjo, Kecamatan Klojen, pada bulan Mei 2024. Sasaran kegiatan PkM ini adalah kader posyandu lansia, sebanyak 19 orang. Tujuan kegiatan PkM ini adalah meningkatkan pengetahuan kader dalam pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan Metode *M Technique*; meningkatkan kemampuan/keterampilan kader dalam pengelolaan *caregiver burden* melalui teknik *hand massage*. Kegiatan dalam PkM ini yaitu memberikan edukasi dengan topik: pengelolaan *caregiver burden* yang dirasakan *caregiver* lansia menggunakan metode *M Technique*; serta pelatihan tentang pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan Metode *M Technique*. Metode pemberdayaan yang digunakan dalam kegiatan PkM ini adalah dengan *Problem Based Learning* (PBL). Hasil evaluasi didapatkan peningkatan pengetahuan tentang pengelolaan *caregiver burden* dari nilai rata-rata 53,0 menjadi 70,0, dan kemampuan melakukan pijatan dengan nilai rata-rata 70,8. Kegiatan terlaksana dengan baik, dengan jumlah kehadiran kader lansia >70%. Hasil pengabdian ini diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya para kader terkait dengan pengelolaan *caregiver burden*.

Kata kunci: beban pengasuhan; kader lansia; pijat tangan

Abstract

Elderly people go through various changes in their lives, leading to decreased function and increased susceptibility to acute and chronic diseases. Long-term care for the elderly with chronic diseases is typically provided by the family, as they serve as the most enduring caregivers, offering constant and continuous care over time. Managing the burden of care is essential to minimize the negative impact on informal caregivers. This Community Service initiative took place in RW 01, Sukoharjo Village, Klojen District, on May. 2024, targeting 19 elderly Posyandu cadres. The goal was to enhance cadres' knowledge in managing caregiver burden through massage using the M Technique Method and improve their skills in this area. The activities included providing education on managing caregiver burden using the M Technique method and training on massage techniques. Problem-Based Learning (PBL) was the chosen empowerment method for this initiative. Evaluation results indicated an increase in knowledge about caregiver burden management from an average score of 53.0 to 70.0 and the ability to perform massage with an average score of 70.8. The event had a good turnout, with over

70% of elderly cadres attending. The results of this initiative are expected to educate the community, particularly the cadres, about caregiver burden management.

Keywords: caregiver burden; elderly cadres; hand massage

PENDAHULUAN

Lansia merupakan individu yang mengalami perubahan, secara fisiologis perubahan tersebut menyebabkan kemunduran fungsi dalam tubuh, sehingga individu lanjut usia rentan mengalami perubahan status kesehatan, serta rentan terhadap timbulnya penyakit yang bersifat akut dan kronis, penyakit degeneratif, penyakit metabolik, gangguan psikososial dan peningkatan penyakit infeksi (Nugroho, 2008). Adelman & Daly (2010 dalam Hoesny, Munafirin, and Sahril 2019; Kaakinen et al. 2018) bahwa penyakit kronis yang timbul akibat perubahan fisiologis, terjadi dalam rentang waktu yang lama dan tidak dapat disembuhkan dengan sempurna dan berhubungan dengan kecacatan dan timbulnya kematian. Penyakit kronis juga mempengaruhi kemampuan fisik, penampilan dan kemandirian. Data statistik menyebutkan bahwa rasio ketergantungan lansia terhadap penduduk produktif terus meningkat, seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia karena bertambahnya jumlah penduduk lanjut usia cenderung menambah beban tanggungan penduduk usia produktif. Hal tersebut menunjukkan bahwa, apabila jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat, angka kesakitan semakin tinggi, derajat kesehatan semakin buruk, maka tuntutan biaya perawatan lansia meningkat (Badan Pusat Statistik, 2019).

Perawatan lansia dengan penyakit kronis merupakan perawatan jangka panjang dan berkelanjutan. Keluarga adalah sumber daya terbesar untuk perawatan individu dengan penyakit kronis, sebab anggota keluarga adalah pemberi perawatan yang paling tahan lama, dan menawarkan perawatan yang konstan dan berkelanjutan yang dibutuhkan dan terus-menerus sepanjang waktu (Denham & Looman, 2010). Hal yang penting dalam merawat pasien adalah menjaga kesehatan sekaligus mendorong kemampuan perawatan diri pada pasien, keluarga, dan masyarakat. Beberapa pengasuh melaporkan bahwa tugas pengasuh keluarga bukanlah tanggung jawab yang berdampak pada kehidupan sehari-hari mereka dan mencakup kurangnya keuangan rumah tangga, mengganggu aktivitas kerja atau waktu luang, dan juga status kesehatan fisik dan mental mereka. Kartika, Wiarsih, and Permatasari (2015) pada penelitiannya menyebutkan bahwa peran dan fungsi keluarga dalam teori sistem salah satunya adalah sebagai pemberi perawatan (*caregiver*) pada anggota keluarga yang sakit. Pekerjaan merawat lansia membutuhkan pengetahuan, keterampilan, kemauan, pengabdian dan kesabaran. Perawatan pada lansia yang dilakukan oleh keluarga harus lebih memperhatikan kondisi lansia sehingga memerlukan pengetahuan serta keterampilan dalam menjalankan *caring* guna mencegah timbulnya penyakit fisik dan mental menjelang hari tua. Lansia memerlukan pendampingan yang terus-menerus sehingga dapat menimbulkan dampak pada keluarga berupa beban yang dihadapi keluarga, dan dampak tersebut dapat menimbulkan perasaan *burden* atau *strain* pada keluarga, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup keluarga (Erwanto, 2017).

Kelurahan Sukoharjo berada di bawah naungan Puskesmas Bareng dengan jumlah lansia sebesar 132 orang untuk RW 1. Sebuah penelitian yang telah dilakukan oleh tim pengabdian sebelumnya menyebutkan bahwa terdapat lansia yang memiliki tingkat ketergantungan ringan (41%), sedang (24%), berat (9%), dan total (3%) (Ati, Debora, & Lea, 2023). Ketergantungan lansia menimbulkan beban yang dirasakan *family caregiver*. Hal ini dibuktikan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa tingginya beban yang dirasakan *caregiver* berhubungan dengan tingkat ketergantungan lansia (Lin & Ho, 2020). Beban yang dirasakan *caregiver* lansia di RW 1 berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan beban yang tinggi dengan persentase sebesar 53,9% (Ati et al., 2023). Beban yang dirasakan *caregiver* lansia harus ditatalaksana untuk meminimalkan dampak negatif yang terjadi. Dampak pada kualitas hidup, *burn-out* dan kesehatan mental (stress, ansietas, depresi) *caregiver* lansia akan muncul saat mereka merasakan beban yang tinggi (Del-Pino-Casado, Priego-Cubero, López-Martínez, & Orgeta, 2021; Große, Tremml, & Kersting, 2018; Wijaya & Fun Fun, 2022;

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan massage dengan metode *M Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

Ybema, Kuijter, Hagedoorn, & Buunk, 2002). Berkaitan dengan latar belakang diatas, penting dalam pengelolaan beban pada *family caregiver* lansia, dibutuhkan upaya pendampingan kepada kader lansia sebagai perpanjangan tangan perawat untuk diberikan keterampilan dalam mengurangi beban pada *caregiver* lansia.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) telah dilaksanakan pada tanggal 06, 07, dan 14 Mei 2024 di RW 01 Kelurahan Sukoharjo. Mitra dalam kegiatan ini adalah kader lansia yang berjumlah 19 orang. Metode pemberdayaan yang digunakan dalam kegiatan PkM ini adalah dengan *Problem Based Learning* (PBL). Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan PkM adalah sebagai berikut : Tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi, berikut adalah rincian kegiatannya :

- a. Pendekatan kepada penanggung jawab program lansia dan kader posyandu RW 01 Kelurahan Sukoharjo, Kecamatan Klojen ;
- b. Melakukan perijinan tentang Program Kemitraan Masyarakat yang akan dilakukan dengan judul Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Menurunkan *Caregiver Burden* Melalui Tindakan *Massage* Dengan Metode *M Technique* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang
- c. Secara bersama-sama dengan mitra membuat rencana pelaksanaan Program Kemitraan Masyarakat (PkM) kemudian menindaklanjuti kesepakatan yang diputuskan secara bersama-sama dengan melakukan persiapan serta sarana prasarana yang diperlukan.

Tahap pelaksanaan kegiatan, setelah dilakukan diskusi dengan mitra, maka solusi permasalahan mitra yang menjadi prioritas dan harus ditangani secara bersama adalah dengan pemberian edukasi tentang pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan Metode *M Technique*, serta pemberian pelatihan kepada kader posyandu lansia tentang tindakan *massage* guna menurunkan *caregiver burden* dengan Metode *M Technique* :

- a. Pertemuan 1
 - Pengisian kuesioner *pre test* oleh kader lansia
 - Penguatan pengetahuan kader lansia terkait pengelolaan *caregiver burden* : Metode *M Technique*
- b. Pertemuan 2
 - Evaluasi materi hari 1
 - Pelatihan tindakan *massage* dengan Metode *M Technique* : demonstrasi teknik pemijatan
- c. Pertemuan 3
 - Re-demonstrasi teknik pemijatan dengan Metode *M Technique*
 - Pengisian soal *post test* oleh kader

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai solusi untuk meningkatkan pengetahuan kader dalam pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan Metode *M Technique*, dan meningkatkan kemampuan/ketrampilan kader dalam menurunkan *caregiver burden* menggunakan tindakan *massage* dengan metode *M Technique*. Pencapaian tujuan pertama dinilai dengan pemberian *pre* dan *post test* yang dilaksanakan pada pertemuan pertama dan ketiga kegiatan PkM. Hasil *pre* dan *post test* kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1 menyajikan data, 19 kader yang hadir kegiatan pelatihan tentang pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan metode *M Technique*, hasil *pre-test* menunjukkan, sebanyak 1 (5%) memiliki pemahaman baik dengan nilai rata-rata 53,2. Tabel 2 menunjukkan kegiatan PkM hanya dihadiri oleh 15 orang kader lansia, terdapat 4 kader yang tidak dapat mengikuti kegiatan di hari ke-3, sebagian besar, hasil *post test* menunjukkan sebanyak 6 (40%) memiliki pemahaman baik dengan nilai rata-rata 70,0. Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa setelah dilakukan kegiatan pengabdian

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan *massage* dengan metode *M Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

kepada masyarakat, terjadi peningkatan pengetahuan tentang pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan metode *M Technique* sebanyak 35%. Tujuan dari pelaksanaan *pre test* dan *post test* adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan kader lansia sebelum dan setelah diberikan materi. Tujuan kegiatan yang pertama adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader dalam pengelolaan *caregiver burden* melalui tindakan *massage* dengan Metode *M Technique*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil *Pre-Test* Edukasi Tentang Pengelolaan *Caregiver Burden* Melalui Tindakan *Massage* Dengan Metode *M Technique* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

	Jumlah (n)=19	f(%)
Pre-test		
- Pengetahuan Kurang	7	37
- Pengetahuan Sedang	11	58
- Pengetahuan Baik	1	5

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Post-Test* Edukasi Tentang Pengelolaan *Caregiver Burden* Melalui Tindakan *Massage* Dengan Metode *M Technique* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

	Jumlah (n)=15	f(%)
Post-test		
- Pengetahuan Kurang	4	27
- Pengetahuan Sedang	5	33
- Pengetahuan Baik	6	40



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Pengelolaan *Caregiver Burden* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

Tabel 3. Distribusi Evaluasi Pelaksanaan Pelatihan Tindakan *Massage* dengan Metode *M Technique* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

	Jumlah (n)=15	f(%)
- Kurang dalam melakukan pijatan	3	20
- Cukup dalam melakukan pijatan	7	47
- Baik dalam melakukan pijatan	5	33

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan *massage* dengan metode *M Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

Tujuan kegiatan yang kedua adalah meningkatkan keterampilan/ kemampuan kader lansia dalam menurunkan *caregiver burden* menggunakan tindakan *massage* dengan Metode M *Technique*. Peningkatan ketrampilan/kemampuan ini dinilai melalui lembar *check list* saat kader mendemonstrasikan ulang pijatan dengan metode M *Technique*. Setengah dari peserta pelatihan cukup terampil/mampu dalam melakukan pijatan. Hal tersebut sesuai dengan tabel 3 bahwa pada 15 kader yang hadir dalam kegiatan pelatihan hari ke-3, setengahnya, sebanyak 7 (47%) cukup dalam melakukan pijatan dengan menggunakan metode M *Technique* dan setengahnya, sebanyak 5 (33%) baik dalam melakukan pijatan dengan menggunakan metode M *Technique*, dengan nilai rata-rata 70,8.



Gambar 2. Kegiatan Pengelolaan *Caregiver Burden* : Pijatan dengan Metode M *Technique* Di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

Pembahasan

Hasil pre test untuk pengetahuan kader lansia didapatkan hampir seluruhnya, sebanyak 11 (58%) memiliki pemahaman sedang dengan nilai rata-rata 53,2. Hasil post-test pada tabel 5.3 menunjukkan sebagian besar, sebanyak 6 (40%) memiliki pemahaman baik dengan nilai rata-rata 70,0. Hasil observasi keterampilan kader lansia dalam pengelolaan *caregiver burden* dengan melakukan pijatan dengan metode M *Technique* didapatkan, sebanyak 7 (47%) cukup mampu dalam melakukan pijatan dengan menggunakan metode M *Technique* dan sebanyak 5 (33%) baik dalam melakukan pijatan dengan menggunakan metode M *Technique*, dengan nilai rata-rata 70,8. Pemberian edukasi dan pelatihan merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan terkait suatu hal. Kader kesehatan setelah diberikan edukasi dan pelatihan, mampu secara mandiri memberikan informasi atau melatih *caregiver* informal lansia dalam mengelola *burden* atau *strain* yang dialami dengan salah satunya menggunakan tindakan *massage* dengan metode M *Technique*.

Kader kesehatan merupakan sumber daya manusia yang memiliki potensi untuk membantu petugas kesehatan dalam pemberdayaan masyarakat untuk mendukung terwujudnya masyarakat yang memiliki perilaku hidup sehat, serta orang terdekat *caregiver* informal. Kader diharapkan berperan aktif dan mampu menjadi pendorong, motivator dan penyuluh masyarakat, dapat menjembatani antara petugas/tenaga kesehatan dengan masyarakat serta membantu masyarakat mengidentifikasi dan menjawab kebutuhan kesehatan mereka sendiri (Kementerian Kesehatan, 2018). Kader kesehatan berperan dalam membantu *caregiver* informal terbebas dari kondisi *burnout*. *Burnout syndrome* berpotensi menimbulkan gangguan bagi kesehatan dan kesejahteraan *caregiver* informal, seperti kondisi jatuh sakit dan tidak mampu merawat orang yang mereka cintai, atau berpotensi menyebabkan pengabaian dan perlakuan buruk bagi lansia penerima perawatan (Román, 2022). Guna mencegah timbulnya *caregiver burnout*, Teknik M *Massage* merupakan salah satu teknik yang dibutuhkan dalam pengelolaan *caregiver burden*.

Teknik M *Massage* merupakan salah satu teknik yang dipilih dalam pengelolaan *caregiver burden*, karena tindakan *massage* merupakan model strategi pengobatan yang sederhana, nonfarmakologis,

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan *massage* dengan metode M *Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

dan non-invasif (Faurot, Gaylord, & Mann, 2007). Teknik *M Massage* adalah metode sentuhan yang terstruktur, setiap gerakan dan urutannya dilakukan beberapa kali sebagai satu rangkaian dengan tekanan dan kecepatan yang tidak berubah. Gerakan pijat ini relatif mudah untuk dipelajari dan tidak membutuhkan pelatihan (“*Massage Using the ‘M’ Technique*®,” 2022). Hasil penelitian dari Alinejad-Naeini et al. (2022) didapatkan hasil bahwa pemijatan dengan teknik ‘M’ pada neonatus selama 7 menit memberikan efek positif terhadap frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, dan saturasi oksigen. Selain itu, pijat teknik ‘M’ meningkatkan stabilitas fisik. Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh van der Heijden et al. (2022) bahwa pada 111 anak sakit kritis, setelah dilakukan pemijatan menggunakan aromaterapi menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan pada kenyamanan yang dirasakan. Pengukuran kenyamanan ini menggunakan *COMFORT-Behavior scale* (COMFORT-B), dengan penilaian penunjang berupa frekuensi nadi, saturasi oksigen, dan *Numeric Rating Scale* (NRS)-*Anxiety*.

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat disimpulkan telah berjalan dengan baik, lancar, dan sukses. Hal ini dikarenakan pada saat pelaksanaan kegiatan tingkat kehadiran peserta lebih dari 70%, semua materi tersampaikan oleh narasumber dan aktifnya peserta dalam diskusi yang dilakukan. Hal lain yang dapat dijadikan barometer kesuksesan acara ini adalah dari hasil evaluasi pada peserta saat dilaksanakan pelatihan, sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan pre dan pos test dengan hasil yang baik. Seluruh materi pelatihan yang direncanakan dapat disampaikan sesuai target waktu yang telah disusun dan disepakati bersama.

Seluruh peserta adalah kader kesehatan lansia, oleh karena itu hasil dari pelatihan ini diharapkan dapat diajarkan ke semua *caregiver* informal lansia dan kader secara rutin melakukan pemijatan bersama sama dengan *caregiver*. Kegiatan pelatihan ini bisa di *sharingkan* ke kader lansia di RW lainnya sehingga dapat menambah pengetahuan dan keterampilan semua kader yang ada di kelurahan Sukoharjo. dan tetap melakukan pemantauan terhadap kemampuan kader kesehatan dalam melakukan pemijatan dengan metode *M Technique* di kelurahan Sukoharjo wilayah kerja Puskesmas Bareng kota Malang sehingga derajat kesehatan dan kualitas hidup *caregiver* informal lansia semakin meningkat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ketua STIKes Panti Waluya Malang, LPPM STIKes Panti Waluya Malang, kader lansia di RW 01 Kelurahan Sukoharjo Wilayah Kerja Puskesmas Bareng Kota Malang, dan seluruh pihak yang mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Alinejad-Naeini, M., Heidari-Beni, F., Mohagheghi, P., Sohrabi, S., & Jeshvaghane, S. S. (2022). The effect of the ‘M’ Technique® massage on physiological parameters in preterm neonates: a randomized controlled trial study. *Journal of Pediatric and Neonatal Individualized Medicine*, 11(2), 1–10. <https://doi.org/10.7363/110212>
- Ati, M. P. P., Debora, O., & Lea, E. (2023). Elderly’s Dependency Level Correlated with the Burden Perceived by Informal Caregivers. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 10(3), 412–418. <https://doi.org/10.26699/jnk.v10i3.art.p412-418>
- Badan Pusat Statistik. (2019). Katalog: 4104001. *Statistik Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia 2019*, xxvi + 258 halaman.
- Del-Pino-Casado, R., Priego-Cubero, E., López-Martínez, C., & Orgeta, V. (2021). Subjective caregiver burden and anxiety in informal caregivers: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One*, 16(3), e0247143. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247143>
- Denham, S. A., & Looman, W. (2010). Families with Chronic Illness. In *Family health care nursing: Theory, practice and research Theory, Practice and Research* (4th Editio, pp. 235–272). Philadelphia:

Pemberdayaan kader dalam upaya menurunkan *Caregiver Burden* melalui tindakan massage dengan metode *M Technique* di RW 01 kelurahan Sukoharjo wilayah kerja puskesmas Bareng kota Malang

- F.A. Davis Company.
- Erwanto, R. (2017). Faktor yang Berhubungan dengan Beban Keluarga dalam Merawat Aktifitas Sehari-hari pada Lansia. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 4(3), 117. [https://doi.org/10.21927/jnki.2016.4\(3\).117-122](https://doi.org/10.21927/jnki.2016.4(3).117-122)
- Faurot, K. R., Gaylord, S. A., & Mann, J. D. (2007). Training Family Caregivers in Hand and Foot Massage for Hospitalized Patients: Feasibility, Challenges, and Lessons Learned. *Complementary Health Practice Review*, 12(3), 203–226. <https://doi.org/10.1177/1533210107307154>
- Große, J., Treml, J., & Kersting, A. (2018). Impact of caregiver burden on mental health in bereaved caregivers of cancer patients: A systematic review. *Psycho-Oncology*, 27(3), 757–767. <https://doi.org/10.1002/pon.4529>
- Hoesny, R., Munafrin, & Sahril. (2019). Hubungan Fungsi Perawatan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Yang Menderita Penyakit Kronis. *JURNAL FENOMENA KESEHATAN*, 02(01), 215–227.
- Kaakinen, J. R., Coehlo, D. P., Steele, R., & Robinson, M. (2018). *Family Health Care Nursing : Theory, Practice, and Research* (Sixth Edit). Philadelphia: F. A Davis Company.
- Kartika, A. W., Wiarsih, W., & Permatasari, H. (2015). Pengalaman Keluarga dalam Merawat Penderita Sakit Kronis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(1), 51–58. <https://doi.org/10.7454/jki.v18i1.398>
- Kementerian Kesehatan. (2018). Modul Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan. *Pusat Pelatihan SDM Kesehatan Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan*, 1–497.
- Lin, C. J., & Ho, S. (2020). The development of a mobile user interface ability evaluation system for the elderly. *Applied Ergonomics*, 89(August), 103215. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2020.103215>
- Massage using the ' M ' Technique ®. (2022).
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik* (Dua). Jakarta: EGC.
- Román, N. A. M. (2022). *Relationships Between Stress Self-Management, Social Support, and Health in Hispanic Informal Caregiver Burnout Prevention*. Walden University.
- van der Heijden, M. J. E., O'Flaherty, L., van Rosmalen, J., de Vos, S., McCulloch, M., & van Dijk, M. (2022). Aromatherapy massage seems effective in critically ill children: an observational before-after study. *Paediatric and Neonatal Pain*, 4(2), 61–68. <https://doi.org/10.1002/pne2.12073>
- Wijaya, R., & Fun Fun, L. (2022). Hubungan antara Burden of Care dan Burnout pada Family Caregiver Orang dengan Demensia. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6(1), 49–62. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i1.4501>
- Ybema, J. F., Kuijter, R. G., Hagedoorn, M., & Buunk, B. P. (2002). Caregiver burnout among intimate partners of patients with a severe illness: An equity perspective. *Personal Relationships*, 9(1), 73–88. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00005>