

Pelatihan caregiver informal dalam pemenuhan Aktivitas Instrumental Kehidupan Sehari-Hari (AIKS) lansia : pengelolaan obat

Yustina Emi Setyobudi, Maria Prieska Putri Panglipur Ati

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

Penulis korespondensi : Yustina Emi Setyobudi

E-mail : djoezt_85@yahoo.com

Diterima: 31 Juli 2025 | Direvisi: 04 September 2025 Disetujui: 06 September 2025 | Online: 25 September 2025

© Penulis 2025

Abstrak

Rendahnya pemenuhan Aktivitas Instrumental Kehidupan Sehari-hari (AIKS), khususnya dalam hal pengelolaan obat pada lansia, berhubungan erat dengan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan *caregiver* informal. Banyak lansia dengan kondisi kronis seperti Diabetes Mellitus dan Hipertensi hanya mengonsumsi obat saat muncul keluhan dan melakukan pembelian obat secara mandiri tanpa pengawasan tenaga kesehatan, sehingga meningkatkan risiko komplikasi dan pengobatan yang tidak tepat. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan *caregiver* informal dalam pengelolaan obat lansia sebagai bagian dari AIKS. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga sesi pelatihan pada bulan Juni 2025 dengan melibatkan 20 *caregiver* informal. Materi yang diberikan mencakup edukasi tentang konsep AIKS dan penggunaan obat secara tepat bagi lansia, serta pelatihan praktik pengelolaan obat. Metode pembelajaran yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan demonstrasi langsung. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan dengan menggunakan skala pengetahuan (0–10) dan instrumen keterampilan (skor maksimal 36). Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan 2,3 poin serta peningkatan keterampilan 8,35 poin. Peserta menunjukkan respon positif terhadap pendekatan pembelajaran yang partisipatif dan berbasis praktik. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan *caregiver* informal dalam pengelolaan obat lansia diharapkan mendukung pemenuhan AIKS yang lebih optimal, menurunkan risiko pengobatan mandiri yang tidak aman, serta meningkatkan kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis. Disarankan adanya pendampingan berkelanjutan dan pengembangan modul lanjutan terkait perawatan lansia.

Kata kunci: caregiver informal; lansia; AIKS; pengelolaan obat.

Abstract

The low fulfillment of Instrumental Activities of Daily Living (IADL), particularly medication management among the elderly, is closely associated with the limited knowledge and skills of informal caregivers. Many older adults with chronic conditions such as Diabetes Mellitus and Hypertension tend to take medications only when symptoms appear and often self-medicate without proper supervision from healthcare professionals. This community engagement program aimed to improve the capacity of informal caregivers in managing elderly medications as a component of IADL. The program was implemented over three sessions in June 2025, involving 20 informal caregivers. The training included educational sessions on the concept of IADL and appropriate medication use for the elderly, followed by hands-on practice in medication management. Learning methods involved interactive lectures, group discussions, and live demonstrations. Pre- and post-training evaluations using a 0–10 knowledge scale and a skills assessment (maximum score of 36) revealed an increase in participants' average knowledge score from 4.85 to 7.15 and skills score from 21.10 to 29.45. Participants expressed positive responses and reported satisfaction with the participatory and practical learning process. This program significantly improved the knowledge and practical competence of informal caregivers in elderly

medication management. Such improvements are expected to contribute to better fulfillment of IADL, reduce risks associated with unsupervised self-medication, and support the health and independence of older adults with chronic diseases. Ongoing mentorship and additional training modules on elderly care are recommended to sustain and expand the impact of this initiative.

Keywords: informal caregiver; elderly; IADL; medication management.

PENDAHULUAN

Kebutuhan terhadap layanan perawatan jangka panjang semakin meningkat seiring bertambahnya jumlah lansia dengan kondisi kronis, yang umumnya disertai dengan penurunan fungsi fisik akibat proses penuaan. Dalam konteks ini, peran keluarga sebagai caregiver informal menjadi sangat krusial dalam mendukung pemenuhan kebutuhan lansia, terutama terkait aktivitas instrumental kehidupan sehari-hari (AIKS). AIKS merujuk pada aktivitas yang lebih kompleks dibandingkan aktivitas dasar, dan diperlukan agar lansia dapat tetap hidup mandiri di lingkungan komunitas (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

AIKS mencakup berbagai aspek penting seperti pengaturan keuangan, penyediaan makanan, penggunaan transportasi, dan pengelolaan obat. Aktivitas-aktivitas ini berperan penting dalam menjaga kemandirian lansia (Ćwirlej-Sozańska et al., 2018). Namun, pada praktiknya, masih banyak caregiver informal yang belum memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam mendampingi lansia menjalankan AIKS, khususnya dalam pengelolaan obat. Akibatnya, tidak sedikit lansia yang menggunakan obat secara tidak tepat, baik dalam hal dosis maupun waktu, bahkan hanya mengonsumsinya saat timbul keluhan (Padmaningsih & Budiman, 2023).

Manajemen obat yang dilakukan dengan baik dapat mencegah kesalahan penggunaan obat serta memastikan efektivitas terapi (Washington State Department of Social and Health Services, 2007). Bagi lansia dengan penyakit kronis, kepatuhan terhadap pengobatan menjadi hal yang vital dalam mencegah komplikasi lebih lanjut. Pemahaman *caregiver* terhadap manajemen obat merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kepatuhan tersebut. Studi awal di RW 04 Kelurahan Kasin menunjukkan bahwa *caregiver* informal yang kurang memahami cara penggunaan obat yang benar cenderung membiarkan lansia membeli dan mengonsumsi obat bebas untuk meredakan keluhan kesehatan yang muncul.

Kurangnya keterampilan caregiver informal dalam mengelola pengobatan lansia berdampak langsung pada efektivitas perawatan yang diberikan di rumah. Ketika manajemen obat tidak dilakukan dengan benar—seperti tidak memahami dosis, waktu pemberian, atau mengenali efek samping—hal ini dapat menyebabkan lansia mengalami penurunan kesehatan yang lebih cepat, termasuk hilangnya kemampuan fungsional dan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (Boonyathee et al., 2021; Kurniawan et al., 2021). Studi oleh Badawoud et al., (2024) menunjukkan bahwa keterbatasan dalam kapasitas pengelolaan obat berkaitan erat dengan meningkatnya ketergantungan lansia dan risiko komplikasi medis. Hal ini semakin diperburuk ketika *caregiver* tidak memiliki kesiapan dalam mengenali tanda-tanda kegawatdaruratan, mengatur jadwal minum obat, atau memotivasi lansia untuk tetap aktif.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, permasalahan utama yang dihadapi di RW 04 Kelurahan Kasin meliputi: (1) keterbatasan pemahaman caregiver informal mengenai pemenuhan AIKS lansia, terutama pada aspek pengelolaan obat, serta (2) kurangnya keterampilan praktis dalam melakukan pengelolaan obat yang aman dan tepat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa kegiatan peningkatan kapasitas caregiver informal melalui Program Kemitraan Masyarakat yang bertujuan untuk: 1) meningkatkan pengetahuan tentang AIKS lansia, dan 2) meningkatkan keterampilan dalam manajemen pengobatan lansia sebagai bagian dari AIKS.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) telah dilaksanakan pada tanggal 23, 25, dan 30 Juni 2025 di Balai RW 04 Kelurahan Kasin. Mitra dalam kegiatan ini adalah *caregiver* informal yang berjumlah 20 orang. Metode pemberdayaan yang digunakan dalam kegiatan PkM ini adalah metode ceramah, diskusi, demonstrasi. PkM ini dilakukan dengan beberapa tahapan kegiatan yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi, berikut adalah rincian kegiatan persiapan yang dilakukan:

- a. Perijinan dan administrasi kegiatan
Kegiatan yang dilaksanakan yaitu melaksanakan koordinasi dan wawancara terkait masalah yang sering terjadi pada lansia serta memohon ijin untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat guna memberikan solusi atas masalah tersebut. Hasil dari kegiatan studi pendahuluan menunjukkan sebagian besar lansia mampu memenuhi kebutuhan AIKS, tetapi pada pengelolaan obat, belum mampu melaksanakannya secara tepat dan optimal. Selain itu pihak dari Kelurahan Kasin mempersilahkan semua tim pengabdian untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang didokumentasikan dalam bentuk surat jawaban No. 005/106/35.73.02.1006/2025.
- b. Penyusunan materi, soal dan luaran
Tahap selanjutnya setelah memperoleh ijin dari Kelurahan Kasin adalah mempersiapkan materi, soal untuk pelaksanaan Pre-test dan post-test, serta luaran sesuai target luaran

Setelah melaksanakan persiapan, tim pengabdian melanjutkan pada tahap berikutnya, yaitu tahap pelaksanaan yang dijelaskan dibawah ini:

- a. Pertemuan 1
 - Pengisian kuesioner *pre test* oleh *caregiver* formal
 - Edukasi pengetahuan *caregiver* informal tentang konsep Aktifitas Instrumental Kehidupan Sehari-Hari oleh tim pengabdian
- b. Pertemuan 2
 - Penguatan pengetahuan *caregiver* informal berkaitan dengan penggunaan obat pada lansia
- c. Pertemuan 3
 - Pelatihan dan demonstrasi *caregiver* informal mengenai pengelolaan obat pada lansia
 - Pengisian soal *post test* oleh *caregiver* informal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PkM ini adalah sebagai solusi untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan *caregiver* informal dalam melakukan pengelolaan obat bagi lansia. Peningkatan pengetahuan *caregiver* formal dinilai melalui *pre* dan *post test* yang dilakukan pada pertemuan pertama dan kegiatan-kegiatan PkM, hal ini dilakukan untuk melihat apakah tujuan pertama kegiatan PkM ini telah berhasil. Berikut adalah hasil *pre* dan *post test* kegiatan PkM yang telah dilaksanakan:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil *Pre-Test* & *Post Test* Edukasi kepada *caregiver* informal di RW 04 mengenai konsep AIKS

	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	f(%)
Kategori				
- Pengetahuan Kurang	4	20	0	0
- Pengetahuan Cukup	12	60	5	25
- Pengetahuan Baik	4	20	15	75
Jumlah	11	100	11	100

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan yang pengetahuan peserta. Sebelum edukasi, sebanyak 20% peserta memiliki pengetahuan yang tergolong kurang, namun setelah edukasi tidak ada lagi peserta dalam kategori tersebut, dan 75% peserta berada dalam kategori baik. Prosentase kenaikan pengetahuan adalah sebesar 2,3.

Pelatihan *caregiver* informal dalam pemenuhan Aktivitas Instrumental Kehidupan Sehari-Hari (AIKS) lansia : pengelolaan obat



Gambar 1. Kegiatan Edukasi AIKS dan Penggunaan Obat

Tabel 2. Penilaian Ketrampilan Pengelolaan pada Caregiver Informal di Balai RW 04

Rata-Rata Nilai	
Sebelum	Sesudah
21,1	29,45

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang kedua bertujuan untuk meningkatkan keterampilan caregiver informal dalam pemenuhan AIKS, yaitu pengelolaan obat. Penilaian peningkatan ketrampilan/kemampuan ini dilakukan melalui lembar observasi ketrampilan saat *caregiver* formal melakukan redemonstrasi. Berdasarkan data tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan setelah diberikan Pelatihan dari 21,1 menjadi 29,45.



Gambar 2. Pelatihan *Caregiver* Informal tentang pengelolaan obat

Pelatihan *caregiver* informal yang dilakukan dalam program ini menunjukkan hasil yang signifikan, baik dari sisi peningkatan pengetahuan maupun keterampilan pengelolaan obat lansia. Hasil pre-test dan post-test mencatat peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 4,85 menjadi 7,15, serta keterampilan dari 21,1 menjadi 29,45. Peningkatan ini mencerminkan bahwa metode pelatihan yang menggabungkan edukasi teoritis dengan praktik langsung efektif dalam membekali *caregiver* dengan kompetensi yang dibutuhkan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Kurniawan et al., (2021), yang menekankan bahwa edukasi terstruktur mampu meningkatkan pemahaman *caregiver* dalam perawatan lansia. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Setyobudi et al., (2024) bahwa pemberian edukasi dan pelatihan merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan terkait suatu hal. Selain itu, pendekatan berbasis praktik melalui demonstrasi terbukti meningkatkan keterampilan, sebagaimana ditunjukkan oleh Wulandari &

Pelatihan caregiver informal dalam pemenuhan Aktivitas Instrumental Kehidupan Sehari-Hari (AIKS) lansia : pengelolaan obat

Sutriani (2020) dalam pelatihan manajemen obat lansia di komunitas. Kemampuan *caregiver* informal dalam memahami jadwal, dosis, dan cara pemberian obat sangat penting. Padmaningsih & Budiman (2023) menyebutkan bahwa pasien dengan dukungan *caregiver* yang memahami terapi medis cenderung lebih patuh dan jarang mengalami komplikasi. Hal tersebut juga diperkuat oleh temuan Putri & Astuti (2022), bahwa pelatihan *caregiver* mampu menjadi upaya preventif terhadap penurunan fungsi kognitif dan fisik lansia.

World Health Organization (2019) menekankan pentingnya intervensi dalam manajemen polypharmacy pada lansia, terutama bagi *caregiver* yang belum terlatih. Ketika *caregiver* memahami risiko interaksi obat, mereka dapat membantu lansia menghindari pengobatan mandiri yang tidak tepat. Hal ini mendukung studi Rachmawati & Setiawan (2020) bahwa pemberdayaan keluarga dapat meningkatkan kemandirian lansia dengan hipertensi. Manias et al., (2019) dalam penelitiannya juga menyebutkan bahwa pelatihan *caregiver* informal dalam manajemen obat lansia tidak hanya penting dari sisi medis, tetapi juga esensial dalam mempertahankan fungsi mandiri lansia dan mengurangi beban sosial serta ekonomi keluarga.

Hasil kegiatan ini mengindikasikan bahwa program pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga memiliki efek berantai dalam memperkuat peran *caregiver* sebagai mitra aktif dalam sistem kesehatan berbasis komunitas. *Caregiver* yang kompeten berpotensi mendukung aktivitas instrumental kehidupan sehari-hari (AIKS) lansia, menjaga kepatuhan pengobatan, serta mengurangi kebutuhan perawatan di fasilitas kesehatan. Dengan demikian, pelatihan ini berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia sekaligus menurunkan beban sistem layanan kesehatan dalam jangka panjang.

SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat peningkatan pengetahuan *caregiver* informal tentang AIKS (manajemen pengobatan untuk lansia), dengan peningkatan presentase *caregiver* informal yang berpengetahuan baik dari 25% menjadi 75%. Kegiatan PkM ini juga secara signifikan meningkatkan keterampilan *caregiver* informal dalam manajemen pengobatan AIKS untuk lansia, ditunjukkan dengan peningkatan skor *pre-test* ke *post-test* sebesar 8,35. Diharapkan *caregiver* informal di RW 04 Kelurahan Kasin dapat mengelola lansia secara efektif, mencegah kesalahan pengobatan, interaksi obat yang merugikan, dan memperkuat kemandirian lansia.

Seluruh peserta adalah *caregiver* informal lansia, oleh karena itu hasil dari pelatihan ini diharapkan dapat diinformasikan kepada semua *caregiver* informal lansia. Kegiatan pelatihan ini bisa di *sharingkan* ke *caregiver* informal di RW lainnya sehingga dapat menambah pengetahuan dan ketrampilan semua *caregiver* informal sehingga derajat kesehatan lansia semakin meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ketua STIKes Panti Waluya Malang, LPPM STIKes Panti Waluya Malang, dan *caregiver* informal di RW 04 yang telah bersedia bekerjasama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Badawoud, A. M., Salgado, T. M., Lu, J., Peron, E. P., Parsons, P., & Slattum, P. W. (2024). Medication self-management capacity among older adults living in low-income housing communities. *Journal of the American Pharmacists Association*, 64(1), 88–95. <https://doi.org/10.1016/j.japh.2023.10.026>
- Boonyathree, S., Seangpraw, K., Ong-Artborirak, P., Auttama, N., Tonchay, P., Kantow, S., Bootsikeaw, S., Choowanthanapakorn, M., Panta, P., & Dokpuang, D. (2021). Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community. *PLOS ONE*, 16(11), e0259697. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259697>
- Ćwirlej-Sozańska, A. B., Sozański, B., Wiśniowska-Szurlej, A., & Wilmowska-Pietruszyńska, A. (2018). An assessment of factors related to disability in ADL and IADL in elderly inhabitants of rural

- areas of south-eastern poland. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 25(3), 504–511. <https://doi.org/10.26444/aaem/81311>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Panduan Praktis Untuk Caregiver Dalam Perawatan Jangka Panjang Bagi Lanjut Usia: Vol. b*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniawan, T., Nugroho, H. S. W., & Kristiawan, M. (2021). Peningkatan pengetahuan keluarga tentang perawatan lansia melalui pendidikan kesehatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(1), 45–52.
- Manias, E., Bucknall, T., Hughes, C., Jorm, C., & Woodward-Korn, R. (2019). Family involvement in managing medications of older patients across transitions of care: a systematic review. *BMC Geriatrics*, 19(1), 95. <http://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&from=export&id=L627096599%0> [Ahttp://dx.doi.org/10.1186/s12877-019-1102-6](http://dx.doi.org/10.1186/s12877-019-1102-6)
- Padmaningsih, N. P., & Budiman, A. W. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Mengonsumsi Obat : Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 7110–7121. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.22046>
- Putri, M. D., & Astuti, Y. P. (2022). Pelatihan caregiver dalam manajemen perawatan lansia: Upaya preventif terhadap penurunan fungsi kognitif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 2(1), 22–28.
- Rachmawati, I. N., & Setiawan, I. A. (2020). The effect of family empowerment model on the independence of elderly with hypertension. *Nurse Media Journal of Nursing*, 10(2), 132–140. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/nmjn.v10i2.27665>
- Setyobudi, Y. E., Debora, O., & Indriyani, O. (2024). 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. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(3), 2371–2377. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jpmb.v8i3.25198>
- Washington State Department of Social and Health Services. (2007). Family caregiver handbook. In *Cambridge, MA: Massachusetts ALISA Aging and Long-Term Support Administration*.
- World Health Organization. (2019). Medication Safety in Polypharmacy. In *WHO*.
- Wulandari, Y., & Sutriani, Y. (2020). Efektivitas pelatihan manajemen obat bagi caregiver lansia di komunitas. *Jurnal Keperawatan*, 14(2), 123–130.