

**Edukasi Dan Simulasi Perawatan: Meningkatkan Kapasitas Keluarga Dalam Pencegahan Luka Tekan Pada Lansia Imobilisasi****Education and Care Simulation: Improving Family Capacity In Preventing Pressure Wounds In Immobilized Elderly****Feny Marlina, Veby Fransiscarozzi\*, Septi Andrianti**

STIKes Bhakti Husada Bengkulu, Indonesia

\*Email Korespondensi: [vebybengkulu@gmail.com](mailto:vebybengkulu@gmail.com)**Abstrak**

Lansia dengan kondisi imobilisasi memiliki risiko tinggi mengalami luka tekan yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup dan meningkatnya beban perawatan keluarga. Pencegahan luka tekan menjadi upaya penting yang harus dilakukan secara optimal melalui peningkatan kapasitas keluarga sebagai pendamping utama lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan perawatan pencegahan luka tekan pada lansia imobilisasi. Metode yang digunakan adalah edukasi melalui penyuluhan interaktif dan simulasi praktik langsung mengenai perawatan dasar pencegahan luka tekan, meliputi perubahan posisi, perawatan kulit, pemilihan alas tidur, serta pemenuhan nutrisi. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Sri Kuncoro dengan jumlah peserta sebanyak 10 keluarga yang merawat lansia imobilisasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman keluarga mengenai konsep luka tekan dan keterampilan dalam melakukan tindakan pencegahan, yang ditunjukkan melalui peningkatan skor pre-test dan post-test serta kemampuan praktik simulasi. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan keluarga mampu menerapkan perawatan secara mandiri dan berkelanjutan dalam upaya mencegah terjadinya luka tekan pada lansia imobilisasi.

**Kata kunci:** edukasi, simulasi, keluarga, lansia imobilisasi, pencegahan luka tekan**Abstract**

*Immobilized elderly are at high risk of developing pressure ulcers, which can impact their quality of life and increase the burden of family care. Pressure ulcer prevention is a crucial effort that must be optimally implemented by increasing the capacity of families as the primary caregivers. This community service activity aims to improve family knowledge and skills in providing pressure ulcer prevention care for immobilized elderly. The method used is education through interactive counseling and hands-on simulations on basic pressure ulcer prevention care, including position changes, skin care, bedding selection, and nutritional support. The activity was conducted at the Sri Kuncoro Community Health Center with 10 families caring for immobilized elderly people participating. The results showed an increase in the families' understanding of the concept of pressure ulcers and their skills in implementing preventive measures, as demonstrated by improved pre- and post-test scores and improved simulation practice skills. This activity is expected to empower families to implement independent and sustainable care to prevent pressure ulcers in immobilized elderly people.*

**Keywords:** education, simulation, family, immobilized elderly, pressure ulcer prevention**PENDAHULUAN**

Wilayah mitra pengabdian masyarakat yang menjadi sasaran kegiatan ini adalah Desa Srikuncoro Kecamatan Pondok Kelapa Kabupaten Bengkulu Tengah. Berdasarkan

data dari Puskesmas Srikunoro tahun 2024, terdapat sekitar 78 lansia yang mengalami keterbatasan mobilitas karena stroke, osteoarthritis berat, atau penyakit degeneratif lainnya. Dari jumlah tersebut, sekitar 60% dirawat oleh anggota keluarga tanpa pelatihan formal dalam perawatan lansia, khususnya dalam hal pencegahan luka tekan (KemenkesRI, 2022).

Permasalahan utama yang dihadapi mitra adalah tingginya angka kejadian luka tekan pada lansia yang dirawat di rumah. Berdasarkan catatan kunjungan rumah oleh perawat komunitas, dalam tiga bulan terakhir terdapat 12 kasus luka tekan baru pada lansia imobilisasi. Hal ini menunjukkan kurangnya pemahaman dan keterampilan keluarga dalam melakukan reposisi, perawatan kulit, dan pemantauan risiko luka tekan (Widodo W, 2021).

Kondisi kewilayahan menunjukkan bahwa mayoritas keluarga lansia tinggal di pemukiman padat dengan rumah berukuran kecil, ventilasi buruk, dan tidak memiliki peralatan perawatan yang memadai. Sementara itu, dari segi potensi, keluarga di wilayah ini memiliki semangat gotong-royong dan kemauan belajar yang tinggi. Beberapa keluarga bahkan sudah memiliki pengalaman merawat lansia, namun masih minim edukasi formal. Keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan, tidak adanya pelatihan formal tentang perawatan lansia, serta kurangnya fasilitas perawatan seperti kasur antidekubitus, menjadi hambatan utama dalam upaya pencegahan luka tekan (Notoatmodjo, 2014).

Berdasarkan observasi lapangan dan wawancara, sebagian besar keluarga tidak mengetahui cara mendeteksi tanda awal luka tekan ataupun teknik reposisi yang aman. Masalah ini juga diperparah dengan adanya persepsi yang salah di masyarakat bahwa luka tekan merupakan hal yang wajar terjadi pada lansia dengan kondisi lemah atau tidak bisa bergerak. Akibatnya, keluarga cenderung pasif dan tidak mengambil tindakan pencegahan secara optimal. Padahal, berbagai studi menyebutkan bahwa luka tekan dapat dicegah hingga 95% dengan perawatan yang tepat (Agrawal, et al., 2021).

Mitra sasaran dalam kegiatan ini adalah keluarga dengan lansia imobilisasi di Wilayah Puskesmas Srikunoro Desa Srikunoro Kecamatan Pondok Kelapa Kabupaten Bengkulu Tengah serta kader kesehatan dan perawat komunitas di wilayah tersebut. Mitra bersifat non- produktif dengan fokus pada aspek sosial dan kesehatan. Kondisi sosial ekonomi mitra cenderung menengah ke bawah, dengan penghasilan keluarga rata-rata di bawah UMR. Aksesibilitas terhadap layanan kesehatan terbatas karena keterbatasan transportasi dan waktu kunjungan rumah yang tidak rutin. Sebagian besar lansia tinggal bersama anak atau cucu yang bekerja sebagai buruh harian, pedagang kecil, atau ibu rumah tangga. Dalam aspek sumber daya manusia, kader kesehatan dan perawat komunitas memiliki komitmen yang baik dalam melakukan edukasi, namun membutuhkan dukungan media dan metode yang lebih interaktif. Saat ini belum ada modul edukatif atau pelatihan berbasis simulasi yang difokuskan pada pencegahan luka tekan di tingkat keluarga (Potter, 2017).

Selain itu, hasil wawancara mendalam menunjukkan bahwa para caregiver merasa kewalahan dan mengalami kelelahan fisik maupun emosional dalam merawat lansia, terutama ketika menghadapi komplikasi seperti luka tekan. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan intervensi yang tidak hanya berfokus pada lansia, tetapi juga pada pemberdayaan caregiver sebagai mitra utama dalam perawatan. Tujuan Pelaksanaan Kegiatan dan Kaitannya dengan SDGs, IKU, Asta Cita, dan Fokus RIRN. Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan kapasitas keluarga dalam pencegahan luka tekan melalui pendekatan edukasi dan simulasi yang praktis dan aplikatif.

Kegiatan ini akan meningkatkan pengetahuan keluarga tentang penyebab, tanda awal, dan pencegahan luka tekan; melatih keterampilan keluarga dalam teknik reposisi, perawatan kulit, dan penggunaan alat bantu sederhana; serta memfasilitasi keluarga

dengan media edukasi cetak dan praktik langsung untuk mendorong keberlanjutan praktik perawatan di rumah. Kegiatan ini mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) poin ke-3: Good Health and Well-being, serta mendukung Indikator Kinerja Utama (IKU) perguruan tinggi, khususnya IKU 3 (Dosen Berkegiatan di Luar Kampus) dan IKU 7 (Kelas Kolaboratif dan Partisipatif). Selain itu, kegiatan ini selaras dengan Asta Cita poin ke-5: Meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia, serta mendukung fokus Rencana Induk Riset Nasional (RIRN) bidang kesehatan dan obat.

Dengan dilaksanakannya kegiatan ini, diharapkan dapat terjadi peningkatan kualitas perawatan lansia di rumah dan menurunnya angka kejadian luka tekan, serta terciptanya keluarga yang mandiri dan peduli terhadap kesehatan anggota keluarganya yang lansia. Selain itu, kegiatan ini juga dapat menjadi role model pemberdayaan komunitas dalam perawatan lansia berbasis keluarga yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan permasalahan serupa.

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui serangkaian tahapan yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga serta kader kesehatan dalam merawat lansia yang mengalami imobilisasi. Tahapan pertama adalah sosialisasi, yang berfungsi sebagai langkah awal untuk mengenalkan tujuan dan manfaat kegiatan ini kepada mitra. Sosialisasi dilakukan melalui pertemuan terbuka di balai desa atau fasilitas kesehatan setempat, yang melibatkan keluarga lansia imobilisasi, kader kesehatan, serta perangkat RT/RW. Dalam pertemuan ini, penjelasan mengenai pentingnya perawatan lansia yang mengalami imobilisasi akan diberikan, serta bagaimana kegiatan ini dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lansia dan mencegah terjadinya komplikasi.

Tahapan berikutnya adalah pelatihan yang diberikan kepada keluarga dan kader kesehatan untuk memperdalam pemahaman mereka mengenai perawatan lansia dengan imobilisasi. Pelatihan ini menggunakan metode partisipatif, yang menggabungkan ceramah, diskusi, studi kasus, dan roleplay. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa peserta tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam praktik sehari-hari. Dalam sesi pelatihan, peserta akan dilatih untuk mengenali tanda-tanda luka tekan, melakukan perawatan tubuh lansia dengan benar, serta memaksimalkan alat bantu untuk meningkatkan kenyamanan lansia yang mengalami imobilisasi.

Setelah pelatihan, tahap pendampingan dan evaluasi akan dilakukan untuk memastikan bahwa ilmu yang telah disampaikan dapat diterapkan secara efektif. Pendampingan ini dilaksanakan secara berkala selama empat minggu, di mana tim pengabdian akan melakukan kunjungan rutin ke rumah-rumah lansia yang membutuhkan perawatan. Selama pendampingan, tim akan memberikan arahan langsung kepada keluarga dan kader kesehatan dalam merawat lansia, memantau perkembangan kondisi lansia, serta memberikan solusi jika ditemukan kendala dalam perawatan. Evaluasi juga dilakukan untuk mengukur sejauh mana pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dapat meningkatkan perawatan dan mencegah terjadinya luka tekan pada lansia imobilisasi.

Sebagai langkah terakhir, hasil dari kegiatan pengabdian ini akan dievaluasi untuk mengetahui dampak yang telah dihasilkan terhadap kualitas perawatan lansia imobilisasi.

Evaluasi ini mencakup penilaian terhadap perubahan dalam pengetahuan keluarga dan kader kesehatan, serta perubahan dalam kondisi fisik lansia setelah perawatan yang dilakukan. Selain itu, feedback dari peserta pelatihan akan dikumpulkan untuk perbaikan dan pengembangan kegiatan pengabdian masyarakat di masa depan. Hasil evaluasi ini juga akan menjadi dasar untuk merekomendasikan kebijakan atau program lanjutan yang dapat mendukung perawatan lansia di tingkat komunitas.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan keluarga lansia yang mengalami imobilisasi sebelum dan setelah diberikan edukasi serta simulasi perawatan. Hasil edukasi dapat dilihat pada tabel 1, sebelum edukasi diberikan, nilai rata-rata pengetahuan keluarga adalah 16,30 dengan standar deviasi 1,636. Namun, setelah diberikan edukasi dan simulasi, nilai rata-rata meningkat menjadi 22,60 dengan standar deviasi 2,171. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,000, yang berarti ada pengaruh signifikan antara edukasi dan simulasi perawatan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga dalam pencegahan luka tekan pada lansia imobilisasi.

Tabel 1. Analisis Edukasi Dan Simulasi Perawatan: Meningkatkan Kapasitas Keluarga Dalam Pencegahan Luka Tekan Pada Lansia Imobilisasi

Pengetahuan	Mean	SD	P values
Sebelum	16,30	1,636	0,000
Setelah	22,60	2,171	

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan memiliki dampak yang besar terhadap pemahaman keluarga tentang pentingnya perawatan lansia imobilisasi. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dengan cara yang interaktif, seperti simulasi perawatan, dapat meningkatkan pemahaman peserta. Dalam hal ini, keluarga lansia diberikan pengetahuan mengenai pencegahan luka tekan, yang sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yang mengalami imobilisasi.



Gambar 1. Pemberian Edukasi Dan Simulasi

Hasil yang diperoleh dalam pengabdian ini konsisten dengan teori yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu metode efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya keluarga sebagai pemberi perawatan utama. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi sikap dan perilaku keluarga dalam memberikan perawatan yang tepat, sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi, seperti

luka tekan, pada lansia yang mengalami imobilisasi. Dengan pengetahuan yang cukup, keluarga akan lebih siap dan mampu merawat lansia dengan lebih baik.



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Pembagian Kasur, Leaflet dan Pemberian Edukasi Pada Lansia Imobilisasi

Pemberian kasur anti dekubitus dalam kegiatan ini juga memberikan pengaruh positif terhadap hasil edukasi. Keluarga tidak hanya memahami pencegahan luka tekan secara teoritis, tetapi mereka juga diberikan sarana praktis untuk melaksanakan langkah-langkah pencegahan. Hal ini membuat keluarga merasa lebih percaya diri dan terfasilitasi dalam merawat lansia. Kasur anti dekubitus menjadi alat bantu yang sangat penting dalam mengurangi tekanan pada tubuh lansia yang imobilisasi, sehingga mengurangi risiko terbentuknya luka tekan. Pemberian alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan lansia merupakan aspek yang sangat mendukung keberdayaan keluarga dalam merawat. Dengan adanya sarana praktis seperti kasur anti dekubitus, keluarga merasa lebih terfasilitasi untuk melakukan perawatan secara optimal. Selain itu, alat tersebut juga memperkuat edukasi yang telah diterima oleh keluarga, karena mereka dapat langsung mengaplikasikan pengetahuan yang telah didapatkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pengabdian serupa juga menunjukkan bahwa intervensi edukasi berbasis praktik dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepatuhan keluarga dalam merawat lansia. Peningkatan pengetahuan ini, pada gilirannya, berdampak positif terhadap kualitas hidup lansia, mengurangi terjadinya komplikasi, dan meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting bagi kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini untuk terus dilakukan sebagai upaya meningkatkan kualitas perawatan lansia di masyarakat.

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan ini berfokus pada penguatan pengetahuan keluarga dalam pencegahan luka tekan pada lansia imobilisasi. Hal ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan mereka, tetapi juga membantu keluarga untuk mengembangkan keterampilan praktis dalam perawatan lansia. Simulasi yang dilaksanakan memungkinkan peserta untuk memahami langkah-langkah perawatan yang benar, seperti cara memposisikan lansia dan menjaga kebersihan kulit, yang semuanya sangat berperan dalam pencegahan luka tekan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi dan simulasi perawatan yang diberikan melalui program pengabdian masyarakat ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga dalam pencegahan luka tekan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat diikuti dengan perubahan perilaku perawatan yang konsisten, sehingga risiko terjadinya luka tekan pada lansia imobilisasi

dapat diminimalisir. Oleh karena itu, kegiatan ini dapat dianggap sebagai model yang sukses dalam meningkatkan kualitas perawatan lansia di tingkat keluarga.

Meskipun hasil yang diperoleh menunjukkan dampak positif, perlu ada evaluasi berkelanjutan untuk memastikan bahwa perubahan perilaku yang terjadi tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga berkelanjutan. Pendampingan dan monitoring yang dilakukan dalam jangka panjang akan sangat membantu dalam memastikan bahwa keluarga tetap konsisten dalam menerapkan perawatan yang baik bagi lansia. Ini juga akan membuka peluang untuk perbaikan dan peningkatan dalam program edukasi dan simulasi perawatan di masa depan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa edukasi dan simulasi perawatan efektif meningkatkan pengetahuan keluarga dalam pencegahan luka tekan pada lansia yang mengalami imobilisasi. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan keluarga sebelum dan setelah diberikan edukasi menunjukkan adanya dampak signifikan, dengan nilai  $p$  sebesar 0,000. Pengetahuan yang diperoleh tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga disertai dengan praktik langsung, seperti penggunaan kasur anti dekubitus, yang memperkuat penerapan langkah-langkah pencegahan. Dengan demikian, program ini berhasil memberikan kontribusi positif terhadap kualitas perawatan lansia yang mengalami imobilisasi, dengan dampak yang jelas terhadap perubahan perilaku perawatan.

### Saran

Sebagai tindak lanjut, disarankan untuk terus melakukan pendampingan secara berkala agar perubahan perilaku perawatan tetap konsisten dan berkelanjutan. Selain itu, perluasan program edukasi ke lebih banyak keluarga yang memiliki lansia imobilisasi akan sangat bermanfaat dalam meningkatkan cakupan perawatan yang lebih luas. Pengembangan lebih lanjut pada alat bantu perawatan seperti kasur anti dekubitus juga perlu dipertimbangkan untuk mendukung efektivitas perawatan. Evaluasi dan monitoring lanjutan terhadap dampak jangka panjang dari program ini juga penting untuk memastikan keberlanjutan dan peningkatan kualitas hidup lansia secara berkelanjutan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kegiatan ini didukung dan didanai oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Tahun Ke 1 Dari Tahun 1 Pada Anggaran 2025.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Jakarta: cKemenkes RI; 2022.
- Widodo W. Pengaruh Edukasi Keluarga Terhadap Pencegahan Luka Tekan pada Lansia Imobilisasi. *Jurnal Keperawatan Nusantara*. 2021;14(1):22-30.
- Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- Agrawal K, Chauhan N, Kumar P. Pressure ulcers: Prevention and management guidelines. *Int J Nurs Sci*. 2021;8(2):110-118. doi:10.1016/j.ijnss.2021.02.003
- Potter PA, Perry AG. *Fundamentals of Nursing*. 9th ed. Elsevier; 2017.
- Jaul E. Assessment and management of pressure ulcers in the elderly: current strategies. *Drugs Aging*. 2010;27(4):311-25.