

Peningkatan Kualitas Hidup *Lansia* — melalui —

Home Visit Kader

Glorya Riana Latuperissa, S.Kep., Ns., M.Kep.

Tommy Pangandaheng, S.Kep., Ns., MSN.

Fathimah Kelrey, S.Kep., Ns., M.Kep.





Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Home Visit Kader

Glorya Riana Latuperissa, S.Kep., Ns., M.Kep.

Tommy Pangandaheng, S.Kep., Ns., MSN.

Fathimah Kelrey, S.Kep., Ns., M.Kep.

Didanai Oleh:

Kementrian Pendidikan Tinggi , Sains dan Teknologi

Tahun Anggaran 2026

PT BUKULOKA LITERASI BANGSA

Anggota IKAPI: No. 645/DKI/2024



Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Home Visit Kader

Penulis : Glorya Riana Latuperissa, S.Kep., Ns., M.Kep.,
Tommy Pangandaheng, S.Kep., Ns., MSN., dan
Fathimah Kelrey, S.Kep., Ns., M.Kep.
ISBN : 978-634-324-061-7 (PDF)
Penyunting Naskah : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Tata Letak : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

Penerbit

Penerbit PT Bukuloka Literasi Bangsa

Distributor: PT Yapindo

**Kompleks Business Park Kebon Jeruk Blok I No. 21, Jl. Meruya Ilir Raya
No. 88, Kelurahan Meruya Utara, Kecamatan Kembangan, Kota Adm.
Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 11620**

Email : penerbit.blb@gmail.com

Whatsapp : 0878-3483-2315

Website : bukuloka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga “*Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Home Visit Kader.*” Ini dapat disusun dengan baik. Modul ini disusun sebagai salah satu bentuk implementasi hasil penelitian sebagai panduan praktis bagi Kader Lansia dalam menjalankan program *Home Visit* untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis di kawasan pesisir dengan memberdayakan kader untuk menjadi pendamping setia bagi lansia.. Diharapkan modul ini dapat menjadi panduan praktis bagi tenaga kesehatan, khususnya di Puskesmas dengan layanan Posyandu Lansia.

Penyusunan modul ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada **Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi** yang telah mendanai penelitian ini melalui program bantuan penelitian tahun anggaran 2026. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pimpinan STIKes RS Prof. DR. J.A Latumeten, UPPM STIKes RS Prof. Dr. J.A. Latumeten, pihak Puskesmas lokasi penelitian, Kader, serta seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa modul ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktif sangat diharapkan guna penyempurnaan di masa yang akan datang. Semoga modul ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik pelayanan kesehatan, khususnya dalam upaya peningkatan kualitas hidup Lansia

Jakarta, Juni 2026

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
Bab I: Pendahuluan	1
1. Latar Belakang.....	1
Bab II: Konsep Lansia	3
1. Lansia dan Perubahan Kesehatan	3
2. Kebutuhan Kesehatan pada Usia Lanjut.....	6
3. Penyakit Kronis pada Lansia	8
4. Pelayanan <i>Home Visit</i>	13
5. Kualitas Hidup Lansia	18
Bab III: Penyakit Kronis pada Lansia	24
1. Hipertensi	24
2. Pencegahan dan Pengendalian Sederhana	28
3. Diabetes Melitus	30
4. Gangguan Sendi.....	35
5. Gangguan Pernapasan dan Penyakit Jantung	40
Bab IV: Peran dan Tugas Kader	46
1. Kader <i>Home Visit</i>	46
2. Hubungan Kader dengan Tenaga Kesehatan.....	50
3. Tujuan <i>Home Visit</i>	52
4. Prinsip Kerja Kader	57
5. Tugas Pokok Kader	61
Bab V: Prosedur Pelaksanaan <i>Home Visit</i>	67
1. Tahap Persiapan.....	67
2. Menyiapkan Materi Edukasi.....	70
3. Tahap Pembukaan	73

4. Tahap Pelaksanaan	77
5. Tahap Penutup	82
Bab VI: Pemeriksaan Fisik	87
1. Tekanan Darah.....	87
2. Persiapan dan Prosedur Pemeriksaan	90
3. Berat Badan	93
4. Gula Darah.....	98
5. Asam Urat.....	104
6. Kolesterol	110
Bab VII: Instrumen Pengisian Home Visit.....	114
1. Identitas Lansia.....	114
2. Tanggal dan Urutan Kunjungan	117
3. Pengkajian Kesehatan Fisik.....	119
4. Pemantauan Kualitas Hidup	124
5. Evaluasi dan Tindak Lanjut.....	129
LEMBAR INSTRUMEN KUNJUNGAN RUMAH (HOME VISIT)	134
A. IDENTITAS LANSIA.....	134
B. PENGKAJIAN KESEHATAN FISIK.....	134
C. PEMANTAUAN KUALITAS HIDUP (Kemandirian & Psikososial).....	135
D. EVALUASI KEAMANAN LINGKUNGAN (Safety Check) ..	139
E. INTERVENSI YANG DIBERIKAN HARI INI	139
F. CATATAN KADER & RENCANA TINDAK LANJUT	139
Petunjuk Pengisian untuk Kader:	140
Bab VIII. Edukasi dan Perawatan Mandiri Lansia di Rumah	141
1. Edukasi Pola Makan Lansia	141
2. Contoh Pilihan Makanan Sehari-Hari.....	144
3. Aktivitas Fisik Aman untuk Lansia	146
4. Kepatuhan Minum Obat	151

5. Dukungan Psikososial Lansia.....	156
Bab VIII: Evaluasi, Rujukan, dan Keberlanjutan Home Visit	162
1. Evaluasi Kondisi Lansia	162
2. Perubahan Kualitas Hidup Lansia	165
3. Tanda Bahaya yang Harus Dirujuk	167
4. Pelaporan Kader kepada Tenaga Kesehatan.....	172
5. Keberlanjutan Program <i>Home Visit</i>	176
Profil Penulis	182
Daftar Pustaka.....	185

Daftar Pustaka

- Agustí, A., Celli, B. R., Criner, G. J., Halpin, D., Anzueto, A., Barnes, P., Bourbeau, J., Han, M. K., Martinez, F. J., Montes de Oca, M., Roche, N., Sin, D. D., Stockley, R., Vogelmeier, C., & Wedzicha, J. A. (2023). Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease 2023 report: GOLD executive summary. *European Heart Journal*, 44(21), 1844–1857.
- American Diabetes Association. (2024). *Standards of care in diabetes—2024*. American Diabetes Association.
- Bar-Tur, L. (2021). Fostering well-being in the elderly: Translating theories on positive aging to practical approaches. *Frontiers in Medicine*, 8.
- Boezen, H. M., Vonk, J. M., & De Jong, K. (2023). Identifying risk factors for COPD and adult-onset asthma: An umbrella review. *European Respiratory Review*, 32(168).
- Boltz, M., Capezuti, E., Fulmer, T., & Zwicker, D. (2022). *Evidence-based geriatric nursing protocols for best practice* (6th ed.). Springer Publishing Company.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2023). *Osteoarthritis: Risk factors and management*.

- FitzGerald, J. D., Dalbeth, N., Mikuls, T., Brignardello-Petersen, R., Guyatt, G., Abeles, A. M., Gelber, A. C., Harrold, L. R., Khanna, D., King, C., Levy, G., Libbey, C., Mount, D., Gibson, R. S. (2023). *Principles of nutritional assessment* (3rd ed.). Oxford University Press.
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF diabetes atlas* (10th ed.). International Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman penyelenggaraan pelayanan kesehatan lanjut usia di fasilitas pelayanan kesehatan primer*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kolasinski, S. L., Neogi, T., Hochberg, M. C., Oatis, C., Guyatt, G., Block, J., Callahan, L., Copenhaver, C., Dodge, C., Felson, D., Gellar, K., Harvey, W., Hawker, G., Herzig, E., Kwoh, C. K., Nelson, A. E., Samuels, J., Scanzello, C., White, D., Wise, B., Altman, R., DiRenzo, D., Fontaine, K., Hannon, M., Fitzgerald, G., Heidari, B., & Reston, J. (2020). 2019 American College of Rheumatology/Arthritis Foundation guideline for the management of osteoarthritis of the hand, hip, and knee. *Arthritis Care & Research*, 72(2), 149–162.
- Koyanagi, A., Carmichael, C., Oh, H., Schuch, F., Jacob, L., Veronese, N., Soysal, P., Shin, J. I., Butler, L., Barnett, Y., & lainnya. (2023). Chronic physical conditions, physical multimorbidity, and quality of life among older adults in

- low- and middle-income countries. *Quality of Life Research*, 32(4), 1001–1013.
- Miller, L. M. S., Whitlatch, C. J., & Lyons, K. S. (2021). Shared decision-making in older adult care and health education: Implications for improving health outcomes. *The Gerontologist*, 61(5), 704–712.
- National Institute on Aging. (2022). *Aging and health: Managing chronic conditions in older adults*. National Institute on Aging.
- Perry, H. B., Zulliger, R., & Rogers, M. M. (2020). *Community Health Workers in Low-, Middle-, and High-Income Countries: An Overview of Their History, Recent Evolution, and Current Effectiveness*. *Annual Review of Public Health*, 41, 399–421.
- Pillinger, M. H., Rosenthal, A., Singh, J. A., Sims, J. E., Smith, B. J., Wenger, N., & Bae, S. S. (2020). 2020 American College of Rheumatology guideline for the management of gout. *Arthritis Care & Research*, 72(6), 744–760.
- Skevington, S. M., Lotfy, M., & O’Connell, K. A. (2021). The World Health Organization’s WHOQOL assessment: Psychometric properties and applications in older adults. *Quality of Life Research*, 30(4), 1045–1056.
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (2022). *Public health nursing: Population-centered health care in the community* (11th ed.). Elsevier.

- Stergiou, G. S., Palatini, P., Asmar, R., Ioannidis, J. P. A., Kollias, A., Lacy, P., McManus, R. J., Myers, M. G., Parati, G., Shennan, A., Wang, J., O'Brien, E., & European Society of Hypertension Council. (2021). *Blood pressure monitoring: Theory and practice*. European Society of Hypertension.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 *International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines*. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357.
- United Nations. (2023). *World Social Report 2023: Leaving No One Behind in an Ageing World*. New York: United Nations.
- Van Eenoo, L., Declercq, A., Onder, G., Finne-Soveri, H., Garms-Homolová, V., Jónsson, P. V., & Deliëns, L. (2024). Home care for older people: A systematic review of outcomes and effectiveness. *International Journal of Integrated Care*, 24(1).
- World Health Organization. (2020). *Decade of Healthy Ageing: Baseline report*.



Buku referensi yang berjudul Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Home Visit Kader membahas strategi praktis untuk meningkatkan kesejahteraan lansia melalui kunjungan rumah yang dilakukan oleh kader kesehatan. Buku ini menekankan pentingnya pemantauan kesehatan, edukasi, dan dukungan sosial secara langsung di rumah lansia untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Disusun dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, buku ini membahas mulai dari perencanaan home visit, teknik pengamatan, interaksi dengan lansia, hingga evaluasi hasil kunjungan. Dilengkapi panduan langkah demi langkah, contoh kasus, dan tips praktis, buku ini menjadi referensi penting bagi masyarakat umum yang ingin berperan aktif dalam mendukung kesehatan dan kesejahteraan lansia.