

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### **Pelatihan Perawatan Dasar Pada Pasien Tirah Baring Di Rumah Bagi Keluarga**

**Nurul Aisyiyah Puspitarini<sup>1\*</sup>, Azmi Wijayanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Keperawatan, Universitas Tribhuwana Tunggaladewi

<sup>2</sup> Program Studi Keperawatan, Universitas Pertahanan RI

Correspondent Author: Nurul Aisyiyah Puspitarini, Email: [nurula.publikasi@gmail.com](mailto:nurula.publikasi@gmail.com)

#### **ABSTRACT**

Patients on long-term bed rest require proper care to prevent complications such as pressure ulcers, joint stiffness, and infection. In many cases, care for bed rest patients is provided by family members at home. However, a lack of family knowledge and skills regarding basic care for bed rest patients can increase the risk of complications. This Community Service (PKM) activity aims to improve family knowledge and skills in providing basic care for bed rest patients at home. The activity methods included health education, demonstrations of bed rest patient care, and hands-on practice by participants. Thirty family members caring for bed rest patients at home participated in the activity. Evaluation was conducted through pre- and post-tests to determine improvements in participant knowledge. The results of the activity showed an increase in participants' knowledge and skills in providing basic care for bed rest patients, such as maintaining patient hygiene, changing body position, and preventing pressure ulcers. This training has proven effective in improving families' ability to care for bed rest patients at home.

**Keywords:** *Bed Rest, Patient Care, Family, Health Education, Community Service*

#### **ABSTRAK**

Pasien yang menjalani tirah baring dalam jangka waktu lama memerlukan perawatan yang tepat untuk mencegah berbagai komplikasi seperti luka tekan, kekakuan sendi, dan infeksi. Dalam banyak kasus, perawatan pasien tirah baring dilakukan oleh anggota keluarga di rumah. Namun, kurangnya pengetahuan dan keterampilan keluarga mengenai perawatan dasar pasien tirah baring dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan perawatan dasar pada pasien

tirah baring di rumah. Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi perawatan pasien tirah baring, serta praktik langsung oleh peserta. Peserta kegiatan berjumlah 30 orang anggota keluarga yang merawat pasien tirah baring di rumah. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam melakukan perawatan dasar pasien tirah baring, seperti menjaga kebersihan pasien, mengubah posisi tubuh, serta mencegah luka tekan. Pelatihan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat pasien tirah baring di rumah.

**Kata Kunci:** *Tirah Baring, Perawatan Pasien, Keluarga, Edukasi Kesehatan, Pengabdian Masyarakat*

### **I. PENDAHULUAN**

Pasien tirah baring merupakan pasien yang mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisik sehingga sebagian besar waktu dihabiskan di tempat tidur. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti penyakit kronis, cedera, stroke, atau kondisi kesehatan lainnya yang menyebabkan penurunan kemampuan mobilitas.

Pasien yang menjalani tirah baring dalam waktu yang lama berisiko mengalami berbagai komplikasi kesehatan, seperti luka tekan (dekubitus), infeksi saluran kemih, kekakuan sendi, serta gangguan pernapasan. Oleh karena itu, pasien tirah baring memerlukan perawatan yang tepat untuk menjaga kondisi kesehatan mereka.

Dalam banyak kasus, perawatan pasien tirah baring dilakukan oleh anggota keluarga di rumah. Keluarga memiliki peran penting dalam memberikan perawatan sehari-hari kepada pasien, seperti membantu menjaga kebersihan tubuh pasien, memberikan makanan, serta membantu mengubah posisi tubuh pasien secara berkala.

Masih banyak keluarga yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam merawat pasien tirah baring. Kurangnya pemahaman mengenai teknik perawatan yang benar dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi pada pasien.

Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kepada keluarga melalui kegiatan pelatihan mengenai perawatan dasar pasien tirah baring di rumah. Melalui kegiatan ini diharapkan keluarga dapat memahami cara merawat pasien tirah baring dengan benar sehingga kesehatan pasien dapat terjaga dengan baik.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

## II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan melalui metode pelatihan dan edukasi kesehatan kepada keluarga yang merawat pasien tirah baring di rumah.

### 1. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan dilaksanakan di wilayah masyarakat dengan melibatkan keluarga yang merawat pasien tirah baring sebagai peserta kegiatan.

### 2. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah anggota keluarga yang merawat pasien tirah baring di rumah dengan jumlah peserta sebanyak **30 orang**.

### 3. Tahap Persiapan

Tahap persiapan kegiatan meliputi:

- Identifikasi keluarga yang merawat pasien tirah baring
- Koordinasi dengan tenaga kesehatan dan kader kesehatan
- Penyusunan materi pelatihan mengenai perawatan pasien tirah baring
- Persiapan media edukasi dan alat peraga

Materi yang disampaikan dalam pelatihan meliputi:

- Pengertian pasien tirah baring
- Risiko komplikasi pada pasien tirah baring
- Cara menjaga kebersihan pasien
- Teknik mengubah posisi tubuh pasien
- Pencegahan luka tekan (dekubitus)
- Latihan gerak sederhana bagi pasien

### 4. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pelatihan dilakukan melalui beberapa metode berikut:

#### a. Penyuluhan kesehatan

Peserta diberikan materi mengenai pentingnya perawatan pasien tirah baring serta risiko komplikasi yang dapat terjadi.

#### b. Demonstrasi perawatan pasien

Pemateri memperagakan teknik perawatan dasar pasien tirah baring seperti cara memandikan pasien di tempat tidur, cara mengubah posisi pasien, serta cara menjaga kebersihan tempat tidur.

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

### c. Praktik langsung oleh peserta

Peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan langsung teknik perawatan pasien tirah baring dengan bimbingan pemateri.

### 5. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode **pre-test dan post-test** untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan.

## III. HASIL PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan perawatan dasar pada pasien tirah baring di rumah bagi keluarga diikuti oleh 30 peserta yang merupakan anggota keluarga yang merawat pasien dengan keterbatasan mobilitas di rumah. Pelatihan ini dilaksanakan melalui beberapa metode yaitu penyuluhan kesehatan, demonstrasi teknik perawatan pasien tirah baring, serta praktik langsung oleh peserta. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi terutama pada sesi demonstrasi dan praktik, karena sebagian besar peserta sebelumnya belum pernah mendapatkan pelatihan mengenai perawatan pasien tirah baring.

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan perawatan dasar pasien tirah baring di rumah sehingga dapat mencegah terjadinya berbagai komplikasi seperti luka tekan, kekakuan sendi, serta infeksi.

#### 1. Karakteristik Peserta Pelatihan

Karakteristik peserta pelatihan meliputi usia dan tingkat pendidikan peserta. Data karakteristik peserta dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 1. Karakteristik Peserta Pelatihan**

No	Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Usia 20–35 tahun	12	40
2	Usia 36–50 tahun	10	33
3	Usia >50 tahun	8	27
4	Pendidikan SMA	17	57
5	Pendidikan Perguruan Tinggi	13	43

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta berada pada rentang usia 20–35 tahun (40%) yang merupakan usia produktif dan umumnya menjadi anggota keluarga yang aktif dalam merawat pasien di rumah. Dari segi tingkat pendidikan, sebagian besar peserta memiliki pendidikan SMA (57%), sedangkan sisanya merupakan lulusan perguruan tinggi.

Tingkat pendidikan dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam memahami informasi kesehatan. Oleh karena itu, materi pelatihan disampaikan dengan bahasa yang sederhana dan disertai dengan demonstrasi langsung agar lebih mudah dipahami oleh peserta.

### 2. Peningkatan Pengetahuan Peserta

Untuk mengetahui efektivitas pelatihan yang dilakukan, dilakukan evaluasi menggunakan **pre-test dan post-test** kepada seluruh peserta.

**Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Pelatihan**

No Variabel Pengetahuan	Sebelum Sesudah Peningkatan		
	(%)	(%)	(%)
1 Perawatan kebersihan pasien	60	88	28
2 Teknik mengubah posisi pasien	55	86	31
3 Pencegahan luka tekan	58	87	29
4 Latihan gerak pada pasien	57	85	28
<b>Rata-rata</b>	<b>58</b>	<b>87</b>	<b>29</b>

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 29% setelah mengikuti pelatihan. Peningkatan pengetahuan tertinggi terjadi pada pemahaman mengenai teknik mengubah posisi pasien, yaitu sebesar 31%. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai teknik perawatan yang penting dalam mencegah komplikasi pada pasien tirah baring.

### 3. Praktik Perawatan Pasien Tirah Baring

Selain penyuluhan kesehatan, kegiatan ini juga dilengkapi dengan sesi demonstrasi dan praktik langsung mengenai teknik perawatan pasien tirah baring.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

Pada sesi ini, pemateri mempragakan beberapa teknik perawatan dasar yang perlu dilakukan oleh keluarga, antara lain:

- 1) Teknik memandikan pasien di tempat tidur
- 2) Cara menjaga kebersihan tubuh pasien
- 3) Cara mengubah posisi pasien setiap dua jam
- 4) Teknik penggunaan bantal untuk mencegah luka tekan
- 5) Latihan gerak pasif untuk mencegah kekakuan sendi

Setelah demonstrasi dilakukan, peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan langsung teknik perawatan tersebut dengan bimbingan pemateri. Melalui praktik langsung ini, peserta dapat memahami langkah-langkah perawatan dengan lebih jelas dan memperoleh pengalaman dalam melakukan perawatan pasien tirah baring.

### **B. Pembahasan**

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan perawatan dasar pada pasien tirah baring dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat pasien di rumah. Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui metode pelatihan merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan kepada pasien.

Pasien yang menjalani tirah baring dalam jangka waktu lama memiliki risiko tinggi mengalami berbagai komplikasi kesehatan. Salah satu komplikasi yang paling sering terjadi adalah luka tekan (dekubitus) yang disebabkan oleh tekanan yang terus-menerus pada bagian tubuh tertentu. Luka tekan dapat menyebabkan rasa nyeri, infeksi, serta memperlambat proses penyembuhan pasien.

Melalui pelatihan ini, peserta memperoleh pemahaman mengenai pentingnya mengubah posisi pasien secara berkala untuk mengurangi tekanan pada bagian tubuh tertentu. Selain itu, peserta juga diberikan pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kebersihan tubuh pasien serta kebersihan tempat tidur untuk mencegah terjadinya infeksi.

Pelatihan ini juga memberikan pemahaman mengenai pentingnya melakukan latihan gerak pasif pada pasien tirah baring. Latihan gerak pasif bertujuan untuk menjaga fleksibilitas sendi serta mencegah terjadinya kekakuan otot akibat kurangnya aktivitas fisik.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

Metode pelatihan yang digunakan dalam kegiatan ini terbukti efektif karena melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran. Demonstrasi dan praktik langsung membantu peserta memahami teknik perawatan secara lebih jelas dibandingkan hanya melalui penyampaian materi secara teori.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan pelatihan ini juga meningkatkan kesadaran keluarga mengenai pentingnya perawatan pasien tirah baring di rumah. Banyak peserta yang sebelumnya belum memahami bahwa perawatan yang tidak tepat dapat menyebabkan komplikasi serius pada pasien.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat pasien tirah baring, diharapkan kualitas perawatan yang diberikan kepada pasien dapat menjadi lebih baik. Perawatan yang baik dapat membantu meningkatkan kenyamanan pasien serta mencegah terjadinya komplikasi yang dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien.

Secara keseluruhan, kegiatan pelatihan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat pasien tirah baring di rumah. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan seperti ini perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas perawatan pasien di rumah serta mendukung proses pemulihan pasien secara optimal.

#### IV. KESIMPULAN DAN SARAN

##### A. Kesimpulan

Pelatihan perawatan dasar pada pasien tirah baring di rumah memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat pasien. Peserta menjadi lebih memahami cara menjaga kebersihan pasien, mengubah posisi tubuh pasien, serta mencegah luka tekan.

##### B. Saran

1. Tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi secara rutin kepada keluarga yang merawat pasien tirah baring.
2. Keluarga diharapkan dapat menerapkan teknik perawatan yang telah dipelajari dalam merawat pasien di rumah.
3. Kegiatan pelatihan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas perawatan pasien di rumah.

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

### DAFTAR PUSTAKA

1. Anurogo, D., Rahmat, R. A., & Pannyiwi, R. (2025). Identifikasi Jamur Endofit Pada Tanaman Obat Tradisional Di Sulawesi Selatan. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2), 77–82. <https://doi.org/10.59585/jimad.v3i1.862>
2. Black JM, Hawks JH. *Medical-surgical nursing: clinical management for positive outcomes*. 9th ed. St Louis: Elsevier; 2018.
3. Hinkle JL, Cheever KH. *Brunner & Suddarth's textbook of medical-surgical nursing*. 14th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2018.
4. Hanifah, A. N., Kardina, I., Rika, R., & Wijayanti, A. (2025). Interpersonal Communication And Patient Satisfaction With Midwifery Services. *International Journal of Health Sciences*, 3(4), 730–742. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i4.895>
5. Ignatavicius DD, Workman ML. *Medical surgical nursing: patient-centered collaborative care*. 9th ed. St Louis: Elsevier; 2018.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman pelayanan kesehatan di rumah (home care)*. Jakarta: Kemenkes RI; 2020.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
8. Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder SJ. *Fundamentals of nursing: concepts, process and practice*. 10th ed. New Jersey: Pearson; 2017.
9. Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
10. Perry AG, Potter PA, Ostendorf WR. *Clinical nursing skills and techniques*. 9th ed. St Louis: Elsevier; 2021.
11. Polit DF, Beck CT. *Nursing research: generating and assessing evidence for nursing practice*. 11th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2021.
12. Purnamasari, A., Saragih, H., Pannyiwi, R., Puspitarini, N. A., Makualaina, F. N., & Sipahutar, P. (2024). Empowering Students in Improving Knowledge of Healthy Toothbrushing Techniques in The Use of The Tongue Scraper. *International Journal of Health Sciences*, 2(2), 687–695. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i2.362>
13. Setiadi. *Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2017.
14. Smeltzer SC, Bare BG. *Brunner & Suddarth's textbook of medical surgical nursing*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2018.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

15. Suryani L, Fitriani H. Edukasi keluarga dalam perawatan pasien tirah baring di rumah. *J Keperawatan*. 2020;12(1):45-52.
16. Treasa, A. D., Subani, N. D., & Puspitarini, N. A. (2025). Peranan Orang Tua Dalam Memberikan Informasi Terhadap Persiapan Menghadapi Keluarnya Cairan Darah (Menarche) Pada Remaja Putri. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(3), 665–670. <https://doi.org/10.59585/bajik.v3i3.684>
17. World Health Organization. Guidelines on basic home care for patients with chronic illness. Geneva: WHO; 2019.
18. Yuliana N, Sari R. Pencegahan luka tekan pada pasien tirah baring melalui edukasi keluarga. *J Keperawatan Klinis*. 2021;5(2):88-95.
19. Yakobus, I. K., Suat, H., Kurniawati, K., Zulham, Z., Pannyiwi, R., & Anurogo, D. (2023). The Use Social Media's on Adolescents' Mental Health. *International Journal of Health Sciences*, 1(4), 425–438. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i4.161>
20. Zulkarnain M, Fitriani H. Peran keluarga dalam perawatan pasien dengan keterbatasan mobilitas. *J Promosi Kesehat*. 2022;17(1):33-40.