

KARYA ILMIAH AKHIR
IMPLEMENTASI METODE *TEACH BACK* DALAM *HEALTH COACHING*
UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN TERHADAP
PENGENDALIAN HIPERTENSI

Laporan ini dibuat dan diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan di Prorgam Studi Profesi Ners Fakultas Keperawatan



OLEH :

GRACE MARLIN LETLORA

R014221024

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2023

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

IMPLEMENTASI METODE *TEACH BACK* DALAM *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI

Telah dipertahankan di hadapan Sidang Tim Penguji Akhir pada :

Hari/Tanggal : Selasa, 25 Juli 2023
Pukul : 09.30 - 10.30 WITA
Tempat : Ruang KP 109

Oleh :

GRACE MARLIN LETLORA

R014221024

dan yang bersangkutan dinyatakan

LULUS

Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



Silvia Malasari, S.Kep., Ns., MN
NIP. 19830425 201212 2 003

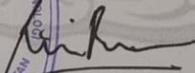


Andi Masyitha Irwan S.Kep., Ns., MAN., Ph.D
NIP. 19830310 2008 12 2 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners
Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin




Kusriani S. Kadar, S.Kp., MN., Ph.D.
NIP. 197603112005012003

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA ILMIAH

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA ILMIAH AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Grace Marlin Letlora

Nim : R014221024

Program studi : Profesi Ners

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan karya ilmiah akhir ini merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi yang seberat-beratnya atas perbuatan tidak terpuji tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan sama sekali.

Makassar, 25 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,



Grace Marlin Letlora

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan cinta kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir dengan judul “Implementasi Metode *Teach Back* Dalam *Health Coaching* Untuk Meningkatkan Pengetahuan Pasien Terhadap Pengendalian Hipertensi”. Dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini, banyak pihak yang ikut membantu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini, perkenankan penulis menyampaikan rasa terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Prof. Dr. Ariyanti Saleh, S.Kp., M.Si, selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin
2. Kusrini S Kadar, S.Kp., Ns., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin
3. Silvia Malasari, S.Kep., Ns., MN selaku pembimbing I dan Andi Masyitha Irwan, S.Kep., Ns., MAN., Ph.D selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, nasehat-nasehat dan selalu memberikan semangat dalam pembuatan karya ilmiah akhir.
4. Wa Ode Nur Isnah, S.Kep., Ns., M.Kes selaku penguji I dan Kusrini S Kadar, S.Kp., MN., Ph.D selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan saran dalam pembuatan karya ilmiah akhir

5. Seluruh Dosen dan Bapak/Ibu Staf Tata Usaha Program Studi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin, yang selalu dengan sepenuh hati membantu kelancaran setiap proses pengurusan administrasi selama perkuliahan hingga karya penyusunan akhir ini.
6. Ayah tercinta Amus Eddyson Letlora, Ibu tercinta Asmaria Letlora, Adik-adik tercinta Novembry Ishak Letlora, Ivone Ester Letlora, Uzia Almendo Letlora, Haziell Destian Letlora dan Merrel Gerald Letlora yang selalu mendoakan dengan tulus, memberikan semangat kepada penulis, dan mendukung baik secara moril maupun materi.
7. Mama Evi Letlora/Mahakena dan keluarga besar yang selalu mendoakan dengan tulus, memberikan semangat kepada penulis, dan mendukung baik secara moril maupun materi.
8. Julio Brian Siwalette yang senantiasa selalu ada dalam kondisi apapun, yang menemani dari awal profesi sampai akhir, yang selalu memberikan doa, dukungan dan semangat kepada penulis sehingga penyusunan karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Teman-teman angkatan Profesi Ners 2022 Gelombang 2 yang selalu memberikan motivasi, dukungan, dan bantuan kepada penulis sampai saat ini.
10. Semua pihak yang tidak sempat disebutkan namanya masing-masing yang sangat berperan penting dalam membantu penulis menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan dan kesempurnaan karya ilmiah akhir ini. Semoga karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Makassar, 25 Juli 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Grace Marlin Letlora', with a horizontal line extending from the end of the signature.

Grace Marlin Letlora

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA ILMIAH	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRAC	x
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
BAB III DESKRIPSI KASUS	8
BAB IV DISKUSI KASUS	11
BAB V HASIL DAN EVALUASI	15
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	19
A. Kesimpulan	19
B. Saran	19
DAFTAR PUSTAKA	21
Lampiran	24

DAFTAR TABEL

Table 5. 1 Hasil Edukasi Hipertensi	15
--	-----------

ABSTRAK

Grace Marlin Letlora. R014221024. **IMPLEMENTASI METODE *TEACH BACK* DALAM *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI**, dibimbing oleh Silvia Malasari dan Andi Masyitha Irwan.

Latar belakang: Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyebab morbiditas tertinggi di dunia. Hipertensi bisa menjadi penyakit yang sangat berbahaya jika penderita tidak mengontrolnya karena jika terjadi dalam waktu yang sangat lama maka akan dapat menimbulkan terjadinya komplikasi. Maka dari itu, perlu pemahaman dan pengetahuan yang baik terkait dengan pengendalian hipertensi. *Health coaching* telah dikenal sebagai pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pematuhan pasien. Salah satu metode yang sering digunakan dalam *health coaching* adalah metode *Teach Back*. *Teach back* merupakan metode komunikasi yang digunakan untuk membantu individu mengingat dan mengerti informasi penting yang telah disampaikan terkait diagnosis, perawatan, atau pengobatan.

Tujuan: Untuk mengetahui penerapan implementasi metode *teach back* dalam *health coaching* dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien terhadap pengendalian hipertensi.

Metode: Metode yang digunakan adalah pendekatan studi kasus dengan menggunakan penelitian kualitatif. Pengambilan data pada kasus ini dilakukan dengan observasi dan wawancara.

Hasil: Selama dilakukan kunjungan sebanyak 6 kali dengan menerapkan *health coaching*, dimana pada kunjungan ke-1 dan ke-2, klien belum mengetahui secara pasti terkait pengendalian hipertensi. Namun setelah diberikan edukasi pada kunjungan ke-3 dan diakhir kunjungan, klien sudah dapat mengerti dan dapat menjelaskan kembali menggunakan bahasanya sendiri mengenai pengendalian hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan metode *health coaching*.

Kesimpulan: Penerapan implementasi metode *teach back* dalam *health coaching* dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien serta dapat membantu pasien dalam pengambilan keputusan dan pengobatan.

Kata Kunci: *Health coaching*, *teach back*, pengendalian hipertensi.

ABSTRAC

Grace Marlin Letlora. R014221024. **IMPLEMENTATION OF THE TEACH BACK METHOD IN HEALTH COACHING TO INCREASE PATIENTS' KNOWLEDGE OF HYPERTENSION CONTROL**, supervised by Silvia Malasari and Andi Masyitha Irwan.

Background: Hypertension is one of the highest causes of morbidity in the world. Hypertension can be a very dangerous disease if the sufferer does not control it because if it occurs for a very long time it can cause complications. Therefore, it is necessary to have a good understanding and knowledge regarding controlling hypertension. Health coaching has been recognized as an effective approach in improving patient understanding and compliance. One method that is often used in health coaching is the Teach Back method. Teach back is a communication method used to help individuals remember and understand important information that has been conveyed regarding diagnosis, care, or treatment.

Objective: To determine the application of the teach back method in health coaching in increasing patient knowledge and understanding of hypertension control.

Methods: The method used is a case study approach using qualitative research. Data collection in this case was carried out by observation and interviews.

Results: During 6 visits using health coaching, at the 1st and 2nd visits, the client did not know for sure regarding controlling hypertension. However, after being given education at the 3rd visit and at the end of the visit, the client was able to understand and was able to explain again using his own language about controlling hypertension. This shows that there is an increase in knowledge before and after being given education using the health coaching method.

Conclusion: Implementing the teach back method in health coaching can increase patient knowledge and understanding and can help patients in decision making and treatment.

Keywords: Health coaching, teach back, controlling hypertension.

BAB I

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyebab morbiditas tertinggi di dunia. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 diketahui bahwa terjadi peningkatan hipertensi pada orang dewasa dari 1,13 miliar pada tahun 2015 menjadi 1,28 miliar pada tahun 2023 yang sebagian besar (dua pertiga) masyarakat tinggal di negara yang berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2023). Sedangkan berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.602 orang dan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 427.218 kematian. Untuk kasus tertinggi hipertensi berada di Provinsi Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan kasus terendah berada di Provinsi Papua sebanyak 22,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin, dan keturunan. Sedangkan faktor yang dapat diubah antara lain pola asupan garam, kurang berolahraga, stress, obesitas, kebiasaan merokok dan minum-minuman beralkohol (Warjiman et al., 2020). Selain menjadi salah satu jenis penyakit tidak menular, hipertensi juga kerap dikenal sebagai pembunuh diam-diam atau *silent killer* karena tidak menunjukkan tanda dan gejala apapun dan dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok usia, social dan ekonomi (Azizah et al., 2022). Hipertensi bisa menjadi penyakit yang sangat

berbahaya jika penderita tidak mengontrolnya karena jika terjadi dalam waktu yang sangat lama maka akan dapat menimbulkan terjadinya komplikasi seperti penyakit kardiovaskuler, stroke, gagal ginjal maupun gangguan penglihatan sehingga akan berdampak untuk meningkatnya tingkat mortalitas dan morbiditas penderita hipertensi (Anshari, 2020).

Health coaching telah dikenal sebagai pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pematuhan pasien terhadap pengendalian hipertensi. *Health coaching* merupakan salah satu proses pembinaan kesehatan yang dilakukan oleh ahli kesehatan yang terlatih untuk membantu seseorang mencapai tujuan kesehatan mereka dengan cara mengidentifikasi dan mengatasi hambatan-hambatan dalam mencapai tujuan tersebut (Dewi et al., 2023). *Health coaching*, dimana pelatih membantu partisipan dalam merumuskan tujuan dan memberikan pengetahuan atau wawasan dalam pencapaian tujuan melalui pemeriksaan, kolaborasi dan *personal discovery* (Amandus et al., 2021). Adapun prinsip *health coaching* yaitu dengan memberikan dukungan kepada seseorang untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku dengan mengubah sikap serta dapat melakukan tindakan pencegahan terhadap suatu penyakit (Terok et al., 2022).

Salah satu metode yang sering digunakan dalam *health coaching* adalah metode *Teach Back*. *Teach back* merupakan metode komunikasi yang digunakan untuk membantu individu mengingat dan mengerti informasi penting yang telah disampaikan terkait diagnosis, perawatan, atau pengobatan (Kanang et al., 2021). Penelitian yang telah dilakukan oleh (Seely et al., 2022) menemukan bahwa

penggunaan metode *teach back* telah terbukti menjadi strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan keamanan dan kualitas layanan kesehatan serta meningkatkan literasi kesehatan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk menerapkan metode *teach back* dalam *health coaching* untuk meningkatkan pengetahuan pasien tentang pengendalian hipertensi. Dengan melibatkan pasien secara aktif dalam proses pembelajaran dan memastikan pemahaman yang tepat melalui metode *teach back*. Diharapkan pasien akan memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai pengendalian hipertensi dan hal ini akan memberikan dasar yang kuat untuk pasien dalam mengambil keputusan yang tepat dalam mengendalikan tekanan darah dan mencegah komplikasi yang serius.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah gangguan pada pembuluh darah yang menyebabkan suplai oksigen dan zat nutrisi yang dibawa oleh darah terganggu sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg (Puspitosari & Nurhidayah, 2022). Penyebab hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu hipertensi primer dan sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi yang belum diketahui penyebab pastinya namun ada beberapa faktor risiko yang tidak dapat diubah dan dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti, usia, jenis kelamin dan keturunan. Untuk faktor risiko yang dapat diubah antara lain, merokok, kurang makan buah dan sayur, konsumsi garam berlebih, berat badan berlebih atau obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi lakohol berlebihan, dyslipidemia, diet tinggi lemak dan stress. Sedangkan hipertensi sekunder dapat disebabkan karena kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid) dan lain-lain (Ayu et al., 2022).

Tanda dan gejala dari hipertensi dapat berupa asimtomatik dan simtomatik. Tanda dan gejala yang sering dirasakan kadang berupa sakit kepala, epistaskis, jantung berdebar sulit bernafas setelah bekerja, mudah lelah, penglihatan kabur, gampang marah, pusing, tinnitus, telinga berdengung dan pingsan. Namun demikian,

gejala-gejala tersebut bukanlah gejala spesifik sehingga gejala tersebut dianggap gejala biasa. Penyakit hipertensi juga kadang tidak memiliki gejala apa-apa atau sering disebut *silent killer* karena diam-diam dapat menyebabkan kerusakan organ yang parah (Tika, 2021). Komplikasi dari hipertensi bila tidak segera ditangani dan tidak mendapatkan pengobatan yang sesuai akan dapat menimbulkan penyakit seperti penyakit jantung coroner, stroke, gagal ginjal maupun gangguan penglihatan (Anshari, 2020). Adapun bentuk pengendalian yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi yaitu, penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, olahraga, mengurangi konsumsi alcohol, berhenti merokok, monitoring tekanan darah dan minum obat antihipertensi yang dimana pengobatan ini harus dilakukan seumur hidup (Machsus et al., 2020).

Dalam melakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi, maka salah satu upaya yang perlu dilakukan yaitu dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran terhadap bahaya hipertensi (Zahra et al., 2023). Pengetahuan hipertensi dapat ditingkatkan dengan pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan yang dikombinasikan dengan pendekatan *health coaching* dengan menggunakan metode *teach back*. *Health coaching* adalah salah satu bentuk intervensi keperawatan dengan strategi berupa pendampingan kepada pasien dengan memberikan kesempatan kepada pasien untuk menentukan hal apa yang ingin dicapai dan menetapkan solusi untuk mencapai tujuan dalam program pengobatan yang sedang dijalani (Supriatun & Insani, 2021).

The Health Council of Canada menjelaskan bahwa *health coaching* merupakan dukungan manajemen diri kepada pasien yang dilakukan secara sistematis oleh petugas kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri pasien dalam mengelola masalah kesehatannya, termasuk pengkajian umum dan perkembangan penyakit, menetapkan tujuan pengelolaan penyakit serta dukungan dalam menyelesaikan masalah terkait kesehatannya. *Health coaching* bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien (Kusumaningrum et al., 2021).

Ada tiga metode utama yang digunakan dalam *health coaching* yaitu, ***Ask tell ask, teach back dan action plan***. *Ask tell ask* adalah teknik dasar dalam *health coaching* yang digunakan untuk membangun hubungan yang kolaboratif antara pasien dan pelatih sehingga mampu mendorong keikutsertaan pasien. Percakapan *ask tell ask* dimulai dengan menanyakan pertanyaan terbuka kepada pasien untuk menilai apa yang mereka sudah ketahui dan tidak diketahui atau yang ingin mereka ketahui lagi mengenai penyakitnya dan rencana perawatan mereka sebelum pelatih memberikan informasi kepada mereka (Jaata & Astuti, 2023). Melalui metode ini, pelatih kesehatan dapat mengidentifikasi kebutuhan pasien, memberikan pendidikan yang ditargetkan, umpan balik dan menentukan rencana yang disepakati bersama untuk langkah berikutnya (A. S. U. Nofriati et al., 2023). *Teach back* adalah metode lain yang digunakan dalam *health coaching* untuk menilai pemahaman. Dalam metode *teach back* ada proses pembelajaran yang interaktif antara penyedia layanan kesehatan dan penerima, sehingga untuk menilai pemahaman penerima, penyedia

meminta penerima untuk mengulangi atau mendemonstrasikan kembali informasi yang telah diberikan menggunakan bahasa atau kata-kata mereka sendiri, sehingga memungkinkan penyedia layanan kesehatan untuk mengevaluasi pemahaman pasien dan memberikan klarifikasi kembali jika diperlukan (Liu et al., 2018).

Action plan adalah kesepakatan antara pasien, penyedia layanan kesehatan dan pelatih kesehatan untuk membantu pasien dalam mencapai tujuan mereka khususnya dalam meningkatkan kesehatannya. *Action plan* harus dibuat secara realistis dimana pasien memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi terhadap keberhasilan dari rencana tindakan (A. S. U. Nofriati et al., 2023).