



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSI PADA LANSIA

Musniati*, Shohipatul Mawaddah, M. Sidrotullah, Herni Sulastien, Zaini Hidayat, L. Taufik Hidayat, Hilmiati, Irmayanti, Maulana

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, Jl. Kaktus No.1-3, Gomong, Kec. Mataram, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat 83126, Indonesia

*musniati.suseno@gmail.com

ABSTRAK

Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah utama. Hal ini dikarenakan masih banyak penderita hipertensi yang kurang mengontrol dan minum obat yang dapat memicu komplikasi seperti stroke, gagal ginjal dan lainnya. Prevalensi penyakit hipertensi di Desa Guntur macan didapatkan 242 kasus, sedangkan yang khusus di Dusun Guntur macan sendiri ditemukan 42 orang lansia menderita hipertensi. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat terutama lansia terkait pencegahan komplikasi hipertensi dengan harapan menurunkan angka kesakitan lansia di dusun Guntur Macan desa Guntur Macan kecamatan Gunung Sari Lombok Barat. Metode yang digunakan dengan ceramah, diskusi dan pembagian leaflet mengenai materi hipertensi yang dilakukan melalui 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Jumlah peserta pada penyuluhan adalah 33 orang. Hasil yang didapatkan pada kegiatan penyuluhan yaitu masyarakat dan lansia antusias dalam bertanya. Di akhir kegiatan dilakukan observasi dengan menjelaskan ulang materi yang masih kurang dipahami oleh masyarakat dan lansia. Diharapkan kegiatan penyuluhan ini rutin dilakukan oleh pihak Puskesmas melalui kegiatan promotif dan preventif pada masyarakat Desa Guntur macan khususnya dusun Guntur Macan.

Kata Kunci: hipertensi; pencegahan; pengetahuan

EFFORTS TO INCREASE PUBLIC KNOWLEDGE IN PREVENTING HYPERTENSION COMPLICATIONS IN THE ELDERLY

ABSTRACT

Until now hypertension is still a major problem. This is because there are still many people with hypertension who do not control and take medication that can trigger complications such as stroke, kidney failure and others. The prevalence of hypertension in Guntur macan Village was found to be 242 cases, while specifically in Guntur macan Hamlet itself, 42 elderly people were found to suffer from hypertension. The purpose of this service is to increase knowledge and behavior of the community, especially the elderly regarding the prevention of hypertension complications in the hope of reducing the morbidity of the elderly in Guntur Macan hamlet, Guntur Macan village, Gunung Sari sub-district, West Lombok. The method used is lecture, discussion and distribution of leaflets regarding hypertension material which is carried out through 3 stages, namely the preparation, implementation and evaluation stages. The number of participants in the counseling was 33 people. The results obtained in the counseling activities are that the community and the elderly are enthusiastic in asking questions. At the end of the activity, observations were made by re-explaining material that was still poorly understood by the community and the elderly. It is hoped that this outreach activity will be routinely carried out by the Puskesmas through promotive and preventive activities in the Guntur macan village community, especially the Guntur Macan hamlet.

Keywords: hypertension; knowledge; prevention

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit *silent killer* yang ditandai dengan peningkatan darah (sistolik dan diastolik). Menurut Robinson & Lyndon (2014), kasus hipertensi primer terjadi sekitar 90-95% dan biasanya akan terjadi penambahan setiap tahunnya, sedangkan pada hipertensi sekunder muncul secara tiba-tiba dan tekanan darahnya lebih dari hiperetnsi primer. Hal ini juga sesuai dengan data Profil kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat jumlah kasus hipertensi dari tahun 2018 ke tahun 2019 terjadi peningkatan. Sedangkan di Kabupaten Lombok Barat juga mengalami peningkatan. Salah satu Puskesmas yang ada di Lombok Barat yakni Puskesmas Gunung sari yang terdiri dari 7 desa, salah satunya desa Guntur macan, dengan kasus 242 hipertensi. Sedangkan untuk Dusun guntur macan sendiri ditemukan dari 225 KK ada 42 orang lansia yang menderita hipertensi. Hasil observasi dan pemeriksaan 14 orang lansia memiliki tekanan darah rata-rata diatas 140 mmHg, tidak teratur kontrol dan minum obat. Pada penderita hipertensi meskipun merasa sehat, hipertensi yang tidak diterapi atau tidak terkontrol dengan baik dapat merusak organ utama (otak, mata dan ginjal) (Robinson & Lyndon, 2014). Sehingga masyarakat perlu mendapatkan pengetahuan yang tepat tentang pencegahan komplikasi penyakit hipertensi (Tantri et al., 2021)

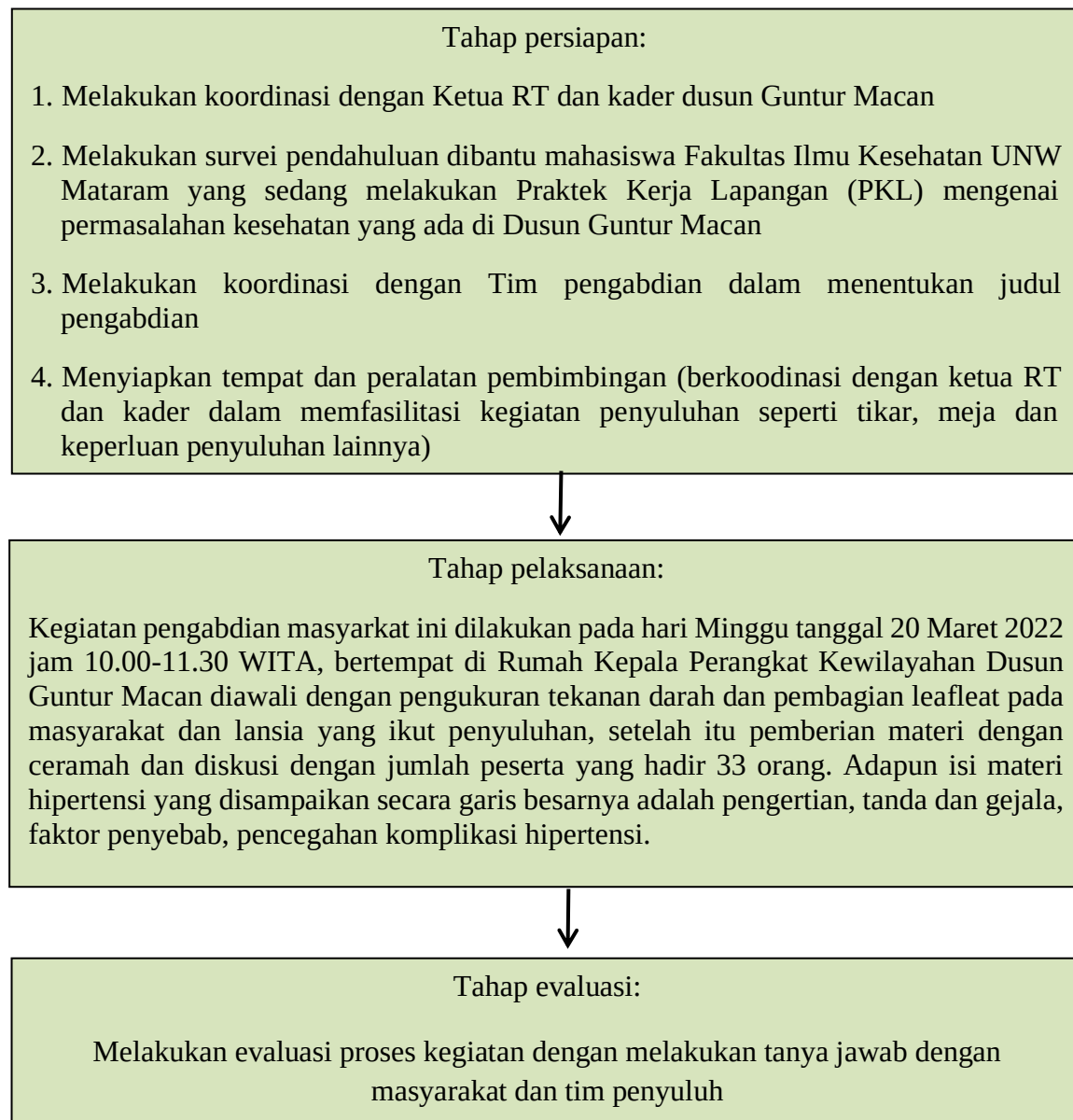
Masyarakat desa Guntur Macan memiliki tanah yang subur dimana daerah masih sejuik karena banyak pepohonan disepanjang perjalanan desa dan mata pencaharian masyarakatnya bertani, walaupun sebagian yang lain bekerja sebagai pegawai swasta, buruh, ASN dan lainnya, sedangkan tingkat pendidikan lansia yang menderita hipertensi rata-rata SD dan informasi tentang kesehatan masih kurang sehingga perlu diberikan informasi mengenai pencegahan komplikasi terhadap penyakit hipertensi.

Menurut Kementerian Kesehatan, 2016 dalam Liena Sofiana, 2020, lansia paling rentan terkena penyakit karena proses degenerative yang artinya daya tahan tubuh dan perbaikan jaringan mengalami penurunan (Sinurat et al., 2021). Sehingga salah satu penyakit yang sering dialami lansia adalah hipertensi dan kadang diikuti penyakit penyerta lainnya. Sehingga meningkatkan morbiditas dan mortalitas bagi masyarakat dalam penanganannya (Kurniasih & Setiawan, 2013 dalam kurniasari & Faruk, 2020).

Berdasarkan permasalahan yang didapatkan, Tim pengabdian memutuskan untuk tindakan pencegahan yang bisa dilakukan dimasyarakat dusun Guntur Macan adalah dengan cara memberikan informasi pencegahan dengan meningkatkan pengetahuan tentang bahaya komplikasi dari hipertensi. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan keinginan masyarakat terutama lansia dalam pencegahan komplikasi dari hipertensi karena pada lansia kemampuan pembentukan jaringan yang mengalami kerusakan sudah hilang atau berkurang. Sehingga perlu mendapatkan perhatian untuk peningkatan kesehatan dan menurunkan angka kesakitan pada lansia.

METODE

Alur kegiatan pengabdian masyarakat dalam upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan komplikasi hipertensi pada lansia seperti pada gambar:



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Minggu tanggal 20 Maret 2022 jam 10.00-11.30 WITA, bertempat di Rumah Kepala Perangkat Kewilayahan Dusun Guntur Macan diawali dengan pengukuran tekanan darah masyarakat dan lansia yang ikut penyuluhan dan setelah itu pemberian materi dengan ceramah dan diskusi. Peserta yang hadir 33 orang. Adapun isi materi hipertensi yang disampaikan secara garis besarnya adalah pengertian, tanda dan gejala, penyebab, komplikasi, dan perawatan hipertensi. Selain itu masyarakat dibagikan leaflet agar masyarakat lebih memahami materi yang disampaikan.

Kegiatan pengabdian pendampingan lansia dalam mencegah komplikasi hipertensi dilaksanakan di rumah kepala Perangkat Kewilayahan Dusun Guntur Macan. Pelaksanaan pendampingan

pencegahan komplikasi hipertensi pada lansia terlaksana baik dan lancar. Tahapan pelaksanaannya dibagi menjadi 2 yaitu:

1. Pengukuran tekanan darah dan pembagian leaflet

Pada tahapan ini dilakukan pengukuran dan pencatatan tekanan darah serta pembagian leaflet dengan melibatkan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan (Prodi Perawat, Farmasi dan Bidan)



Gambar 1. Pengukuran, pencatatan tekanan darah dan pembagian leaflet

2. Penyampaian materi dengan ceramah dan diskusi

Pada penyampaian materi dilakukan dengan ceramah dan diskusi agar masyarakat tidak jenuh dan bosan.



Gambar 2. Penyampaian materi dan diskusi

Selanjutnya adalah kegiatan evaluasi dimana lansia yang kurang paham akan diberikan kesempatan untuk bertanya dan diakhir kegiatan tim penyuluh akan mengevaluasi lagi materi yang kurang dimengerti oleh lansia.



Gambar 3. Kegiatan evaluasi dengan tanya jawab

Selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan, peserta yang ikut sangat antusias dan tampak menyimak setiap materi yang diberikan. Terkadang ada lansia yang bertanya berulang-ulang dengan pertanyaan yang sama, tapi dari sanalah tim penyuluh dapat mengetahui kemampuan masyarakat terutama lansia. Karena proses degenerative ada 2 lansia yang pendengarannya kurang, sehingga tim penyuluh secara personal menjelaskan lagi dengan materi yang sama. Waktu pengukuran tekanan darah sampai diskusi kurang lebih 60 menit. Tetapi kendala waktu dimulai terlambat 20 menit karena sebagian masyarakat sekitaran jam 10.00 Wita masih ada yang disawah dan para ibu memasak. Tetapi pelaksanaan tetap berjalan dengan lancar dan tertib.

SIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari penyuluhan tentang pencegahan komplikasi hipertensi pada lansia (ada juga masyarakat dewasa yang ikut berpartisipasi), dimana dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama lansia dalam pencegahan komplikasi hipertensi. Sehingga lansia dapat menjalani masa tuanya dengan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat (2017). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2017. <https://dinkes.ntbprov.go.id/profil-kesehatan/>
- Kurniasari & Faruk (2020). Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Ibu. DARMABAKTI. Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat. <http://journal.uim.ac.id/index.php/darmabakti/article/view/833>
- Liena Sofiana, 2020. Edukasi Pencegahan Hipertensi Menuju Lansia Sehat Di Dusun Tegaltandan, Desa Banguntapan, Bantul. Vol 4 No.3 hal 504-508. DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. <http://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/3867/2325>
- Robinson & Lyndon (2014), Buku Ajar Visual Nursing (Medikal –Bedah) sebuah panduan diagnosis penyakit, keterampilan, serta asuhan keperawatan jilid satu. Binarupa Aksara Publisher, Tangerang Selatan.

- Sinurat, S., Saragih, I., & Simanullang, M. (2021). Pelaksanaan Terapi Komplementer Jus Tomat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3.
- Tantri, U., Burmanajaya, B., Wahyudi, U., & Ariani, N. P. (2021). Upaya Pemberdayaan Keluarga untuk Menurunkan Kecemasan Lansia Hipertensi pada Pandemi Covid-19 melalui Acceptance and Commitment Therapy. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/534>