



PENANGGULANGAN KRISIS HIPERTENSI DAN HIPERGLIKEMIA DENGAN REBUSAN DAUN SALAM PADA LANSIA DI DESA WONOLAPAN KAB. KARANGANYAR

Deoni Vioneery^{1*}, Martini Listrikawati¹, Mutiara Dewi Listiyanawati¹, Titis Sensussiana¹, Dirhan²

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jl. Jaya Wijaya No. 11, Kadipiro, Banjarsari, Surakarta, 57136, Indonesia

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, Jl. Raya Hibrida No. 3, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Bengkulu, 38229, Indonesia

*deoni@ukh.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Hipertensi merupakan tekanan darah persisten atau terus menerus sehingga melebihi batas normal diatas 140/90 mmHg. Hiperglikemia adalah kondisi dimana Diabetes Melitus (DM) pada tubuh pasien tidak terkontrol, sehingga kadar glukosa darah sangat tinggi hingga mencapai >300 mg/dl. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengetahui peningkatan pengetahuan lansia melalui penyuluhan kesehatan tentang penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam pada lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar, dengan jumlah peserta 40 responden. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini berupa penyuluhan, demonstrasi, dan diskusi yang dilaksanakan secara luring atau tatap muka. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan selama 60 menit dengan materi penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam. Setelah dilaksanakannya kegiatan penyuluhan, didapatkan hasil sebagian besar lansia memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam.

Kata kunci: hipertensi; hiperglikemia; lansia; penyuluhan kesehatan

MANAGEMENT OF HYPERTENSION AND HYPERGLYCEMIA CRISIS USING BALANCE LEAF BOILING IN THE ELDERLY IN WONOLAPAN VILLAGE REGENCY. KARANGANYAR

ABSTRACT

Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal which results in an increase in morbidity and mortality. Hypertension is persistent or continuous blood pressure that exceeds the normal limit of above 140/90 mmHg. Hyperglycemia is a condition where Diabetes Mellitus (DM) in the patient's body is not controlled, so that blood glucose levels are very high, reaching >300 mg/dl. The aim of this community service activity is to increase the knowledge of the elderly through health education about overcoming hypertension and hyperglycemia crises with boiled bay leaves for the elderly in Wonolapan Village, Kab. Karanganyar. with a total of 40 respondents. The method of implementing community service is in the form of counseling, demonstrations and discussions carried out offline or face to face. The activity was carried out by providing health education for 60 minutes with material on dealing with hypertension and hyperglycemia crises with boiled bay leaves. After carrying out outreach activities, it was found that the majority of elderly people had good knowledge about hypertension and hyperglycemia using bay leaf decoction

Keywords: elderly; health education; hypertension; hyperglycemia

PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Populasi lansia di dunia dari tahun ke tahun semakin meningkat, bahkan pertambahan lansia menjadi mendominasi apabila dibandingkan dengan pertambahan populasi penduduk pada kelompok usia lainnya. Data *World Population Prospect: the 2015 Revision*, pada tahun 2015 ada 901 juta orang berusia 60 tahun atau lebih yang terdiri atas 12% dari jumlah populasi global. Pada tahun 2015 dan 2030, jumlah orang berusia 60 tahun atau lebih diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56% menjadi 1,4 milyar, dan pada tahun 2050 populasi lansia diproyeksikan lebih dari 2 kali lipat dari tahun 2015 yaitu mencapai 2,1 milyar (United Nations, 2015). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis ketika memasuki usia tua. Hal ini terjadi karena sistem dan fungsi organ tubuh pada orang lanjut usia akan mengalami penurunan, semakin tua usia seseorang maka tekanan darah cenderung mengalami peningkatan (Medika, 2020).

Selain hipertensi, di Indonesia, diabetes mellitus menduduki peringkat keempat setelah Amerika Serikat, China dan India. Bahkan diprediksikan mengalami kenaikan prevalensinya dari 8,4 juta pada tahun 2000, menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Salah satunya hiperglikemia, yaitu suatu kondisi dimana kadar gula dalam darah meningkat secara berlebihan. Kadar gula darah normal untuk orang dewasa adalah 70-140 mg/dL. Gula darah atau glukosa merupakan sumber energi utama bagi tubuh, dimana gula yang konsumsi nantinya akan di proses oleh insulin menjadi energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dimana hormon insulin tersebut mengalami gangguan, maka glukosa tidak dapat diubah menjadi energi, dan membuat kadarnya meningkat hingga melebihi batas normal, dan terjadilah hiperglikemia (Siloam, 2023). Salah satu upaya dalam mengontrol hipertensi dan hiperglikemia yaitu dengan pengobatan secara nonfarmakologis, pengobatan tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya (Endang, 2014). Penatalaksanaan nonfarmakologis sering menjadi alternatif yang dapat mengontrol tekanan darah dan gula dalam darah (Dewi, 2010). Terapi nonfarmakologis yang menjadi pilihan adalah rebusan daun salam. Dimana daun salam mempunyai kandungan flavonoid untuk dapat menurunkan keduanya (hipertensi dan hiperglikemia).

Berdasarkan hal tersebut melalui pengamatan penulis, didapatkan hasil wawancara bahwa lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar belum memahami tentang hipertensi dan hiperglikemia serta penanggulangannya. Oleh sebab itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yang salah satunya bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia melalui penyuluhan kesehatan tentang penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam pada lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar.

METODE

Metode yang digunakan dalam menyelesaikan permasalahan mitra pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

1. Koordinasi dengan pihak kelurahan, kader posyandu lansia, perangkat desa untuk menjelaskan maksud dan tujuan pengabdian kepada masyarakat (Gambar 1).
2. Melakukan wawancara awal untuk mengetahui data demografi dan pengetahuan lansia mengenai hipertensi dan hiperglikemia, dengan menyebarkan kuesioner.
3. Melakukan penyuluhan kesehatan, serta diskusi dengan peserta terkait hipertensi dan hiperglikemia, dan cara mengurangnya dengan rebusan daun salam.

4. Melakukan wawancara kembali setelah pemberian penyuluhan kesehatan, dan diskusi untuk mengetahui perubahan pengetahuan lansia mengenai hipertensi dan hiperglikemia.



Gambar 1. Koordinasi Kegiatan PKM



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posbindu Wisma Rahayu Dusun Wonolapan, Desa Wonorejo, Kec. Gondangrejo, Kab. Karanganyar wilayah kerja Kelurahan Wonorejo. Program ini dilaksanakan bulan Maret 2023, dengan bekerjasama dengan pihak perangkat desa dan kader posyandu, sehingga mendapatkan hasil yang baik.

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n = 40)

Karakteristik Responden	f	%
Umur		
60-65 Tahun	22	55
66-75 Tahun	15	37.5
76-80 Tahun	3	7.5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	32.5
Perempuan	27	67.5
Pekerjaan		
Tani	25	62.5
Pensiunan	5	12.5
IRT	10	25
Pendidikan		
Tidak Sekolah	29	72.5
SD	4	10
SMP	1	2.5
SMA	1	2.5
S1	5	12.5

Tabel 1 menunjukkan bahwa lansia di Posbindu Wisma Rahayu dibawah naungan wilayah kerja Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar dengan rentang umur 60-65 tahun sebanyak 22 responden (55%), 66-75 tahun sebanyak 15 responden (37.5%), dan 76-80 tahun sebanyak 3 responden (7.5%); berjenis kelamin perempuan 27 responden (67.5%), dan laki-laki sebanyak 13 responden (32.5%); bekerja sebagai petani 25 responden (62.5%), pensiunan 5 responden (12.5%), dan IRT 10 responden (25%); dan pendidikan lansia dengan tidak sekolah 29 responden (72.5%), SD 4 responden (10%), SMP 1 responden (2.5%), SMA 1 responden (2.5%), dan S1 5 responden (12.5%),

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Sebelum dan Setelah Pemberian Penyuluhan Kesehatan Penanggulangan Krisis Hipertensi dan Hiperglikemia Dengan Rebusan Daun Salam terhadap Pada Lansia (n = 40)

Variabel Pengetahuan	Perlakuan	Tingkat Pengetahuan		
		Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
Hipertensi	Sebelum	10 (2.5)	12 (30)	18 (45)
	Setelah	30 (7.5)	8 (20)	2 (55)
Hiperglikemia	Sebelum	16 (40)	19 (47.5)	5 (12.5)
	Setelah	38 (95)	1 (2.5)	1 (2.5)

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pemberian penyuluhan kesehatan terhadap penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam pada lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar. Pengetahuan lansia mengenai hipertensi sebelum diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar kurang 18 (45%) dari 40 responden, setelah diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar masuk ke dalam kategori baik 30 (7.5%) dari 40 responden. Pengetahuan lansia mengenai hiperglikemia sebelum diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar cukup 19 (47.5%) dari 40 responden, setelah diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar masuk ke dalam kategori baik 38 (95%) dari 40 responden. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pengetahuan lansia mengenai penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam pada lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar, sebagian besar memiliki pengetahuan kurang pada poin hipertensi, dan sebagian lagi pengetahuan cukup pada poin hiperglikemia. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan

rebusan daun salam, maka hasilnya sebagian besar pengetahuan baik di poin hipertensi, dan poin hiperglikemia. Hasil menunjukkan ada perubahan antara pemberian penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan lansia pada hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam.

SIMPULAN

Pemberian penyuluhan kesehatan, merupakan salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang pentingnya penanggulangan krisis hipertensi dan hiperglikemia dengan rebusan daun salam.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, RB.,Mardiyah, Siti., Wicaksono, Dipo., Vioneery, Deoni. (2022). Pengantar Keperawatan Gerontik. Sukoharjo: Pradina Pustaka.
- Aspiyani, Reny Yuli. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik: Aplikasi NANDA NIC NOC. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Bustan. (2017). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi, S. (2010). Hidup Bahagia Dengan Hipertensi. Jogjakarta: A Plus Books.
- Depkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Dharma Kelana Kusuma. (2011). Metode Penelitian Keperawatan. Jakarta: Trans Info Media.
- Endang, T. (2014). Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Jakarta: Grammedia.
- Kurniawan, Andre. (2022). Manfaat Daun Salam Untuk Hipertensi dan Hiperglikemia, Ketahui Kandungan dan Cara Mengolahnya. <https://www.merdeka.com/jabar/manfaat-daun-salam-untuk-hipertensi-bantu-turunkan-tekanan-darah-secara-alami-klm.html>
- Medika. 2020. Penyebab Dan Cara Mengatasi Hipertensi Pada Lansia. Diakses pada <https://blogs.insanmedika.co.id/penyebab-dan-cara-mengatasi-hipertensi-pada-lansia/>, tanggal 06 April 2020.
- Muttaqin, Arif. (2009). Pengantar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Parisa, Nita. (2016). Efek ekstrak Daun Salam Pada Kadar Glukosa Darah. JK Unila Volume 1, Nomor 2, Oktober 2016.
- Siloam, 2023. Hipertensi, H. Aulia (ed). Nanda International Nursing Diagnoses: definisi dan klasifikasi, Edition 12. CV. Pena Persada.

United Nations, 2015. World Health Statistic Report 20-15. Geneva: World Health Organization: 2015.

Vioneery, Deoni., Fitriyani, Noor., Azali., LMP., Putri, DSR. (2023). Keperawatan Dewasa. Sukoharjo: Pradina Pustaka.