

PELATIHAN PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KELURAHAN PENJARINGAN JAKARTA UTARA

Wartonah, Nelly Yardes, Pramita Iriana
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III
wartonah03@yahoo.co.id

ABSTRACT

Hypertension is a big and serious problem and tends to increase along with increasing life expectancy in the future. Data from the World Health Organization (WHO) in 2015 said that around 1.13 billion people in the world have hypertension, meaning that 1 out of 3 people in the world has hypertension. The 2018 Riskesda said that the total population of Indonesia who had hypertension was 63,309,620 million people. The high prevalence of hypertension in the elderly above is due to a lack of information about the risk factors for hypertension in the elderly and their prevention. In general, hypertension is one of the causative factors is high blood sugar levels and hypertension often occurs in the elderly, to prevent, reduce the severity of the disease and prevent complications, it is necessary to increase the knowledge of the elderly about these two diseases. With good knowledge, the elderly can control the incidence of hypertension. In order for the incidence of hypertension to be maximal, knowledge or education is needed in understanding the importance of hypertension in the Penjaringan District Health Center, North Jakarta. Based on the research results, it is known that the post test score has increased significantly with details of 31 respondents experiencing an increase, 5 respondents remaining, and 4 respondents experiencing a decrease. This means that the delivery of knowledge about hypertension through lectures and videos can increase the knowledge of the elderly in the Penjaringan area, North Jakarta.

Keywords: education; hypertension; blood glucose

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah besar dan serius serta cenderung meningkat seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup dimasa yang akan datang. Data *World Health Organization* (WHO) di tahun 2015 menyampaikan bahwa di dunia orang yang mengalami hipertensi sekitar 1,13 Miliar orang, berarti 1 dari 3 orang di dunia terkena hipertensi. Riskesda tahun 2018 menyampaikan bahwa jumlah penduduk Indonesia yang mengalami hipertensi sebesar 63.309.620 juta orang. Tingginya prevalensi kejadian hipertensi pada lansia di atas disebabkan kurangnya informasi tentang faktor resiko terjadinya hipertensi pada lansia dan pencegahannya. Pada umumnya penyakit hipertensi salah satu faktor penyebabnya adalah kadar gula dalam darah yang tinggi dan hipertensi sering terjadi pada lansia, untuk mencegah, mengurangi keparahan penyakit serta mencegah komplikasi maka perlu peningkatan pengetahuan lansia tentang kedua penyakit tersebut. Dengan pengetahuan yang baik maka lansia dapat melakukan pengendalian terhadap kejadian hipertensi. Agar kejadian pengendalian hipertensi maksimal maka perlu pengetahuan atau edukasi dalam memahami pentingnya

kejadian hipertensi di Wilayah Puskesmas Kelurahan Penjaringan Jakarta Utara. Berdasarkan hasil Pengabdian kepada masyarakat diketahui bahwa nilai post test mengalami kenaikan secara signifikan dengan rincian sebanyak 31 responden mengalami kenaikan, 5 responden tetap, dan 4 responden mengalami penurunan. Artinya bahwa penyampaian pengetahuan tentang hipertensi melalui ceramah dan video dapat meningkatkan pengetahuan lansia di wilayah penjaringan, Jakarta Utara.

Kata Kunci: edukasi; hipertensi; gula darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah besar dan serius serta cenderung meningkat seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup dimasa yang akan datang . Hipertensi berhubungan dengan masalah yang sangat kompleks yang ditimbulkan bila pengobatan tidak adekuat yaitu kecacatan akibat komplikasi yang ditimbulkan seperti penyakit jantung, stroke, gangguan pada ginjal serta yang lebih fatal adalah kematian (Black, 2010).

Data *World Health Organization* (WHO) di tahun 2015 menyampaikan bahwa di dunia orang yang mengalami hipertensi sekitar 1,13 Miliar orang, berarti 1 dari 3 orang di dunia terkena hipertensi. Jumlah ini akan terus bertambah setiap tahunnya dan di perkirakan pada tahun 2025 yang akan datang menjadi 1,5 Miliar orang yang mengalami hipertensi.

Risikesdas tahun 2018 menyampaikan bahwa jumlah penduduk Indonesia yang mengalami hipertensi sebesar 63.309.620 juta orang. Hipertensi terjadi pada semua golongan umur, akan tetapi yang paling besar yaitu pada golongan umur 55-64 tahun (Kemenkes RI, dr. Cut Putri Arianie, M.H.Kes, pada Temu Media memperingati Hari Hipertensi Dunia 2019 di Gedung Kementerian Kesehatan RI, Jumat (17/5). *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) tahun 2017, menyatakan bahwa dari 53,3 juta kematian didunia didapatkan penyebab kematian akibat penyakit kardiovaskuler sebesar 33,1%. Pada tahun 2016 angka kematian akibat hipertensi di Indonesia sebesar 1,7 juta orang (23,7%). Di DKI Jakarta orang dengan hipertensi pada tahun 2015 menunjukkan 337,094 orang dan di Wilayah Jakarta Utara terdapat 1.787 orang (Risikesdas DKI, 2018).

Tingginya prevalensi kejadian hipertensi pada lansia di atas disebabkan kurangnya informasi tentang faktor resiko terjadinya hipertensi pada lansia dan pencegahannya, hal ini sesuai hasil penelitian Khomarun, dkk (2013), menunjukkan bahwa pasien hipertensi mempunyai sikap yang buruk dalam menjalani dan kegiatan olahraga dan diet hipertensi hal tersebut disebabkan oleh faktor pengetahuan pasien hipertensi yang kurang memahami tentang faktor pencegahannya, hal ini sesuai juga dengan hasil penelitian Mustaida (2009) dan Eko Winarto, dkk (2011). Selain juga dari hasil penelitian Nelly Yarden, dkk (2019) bahwa pengetahuan, sikap dan perilaku berpengaruh terhadap kejadian hipertensi.

Berdasarkan Risikesdas DKI Jakarta Tahun 2018 khususnya Jakarta Utara kasus hipertensi mencapai 337,094 orang. Berdasarkan data yang kami dapatkan dari RW 017 masih ada warga lansia yang mengalami hipertensi masih minum ramuan obat tradisional dan minum obat hipertensi yang tidak teratur. Kadar gula darah yang tinggi dapat mengakibatkan penyakit hipertensi. Untuk mencegah, mengurangi keparahan penyakit serta mencegah komplikasi maka perlu

peningkatan pengetahuan lansia tentang kedua penyakit tersebut. Dengan pengetahuan yang baik maka lansia dapat melakukan pengendalian terhadap kejadian hipertensi. Agar kejadian pengendalian hipertensi maksimal maka perlu pengetahuan atau edukasi dalam memahami pentingnya kejadian hipertensi di Wilayah Puskesmas Keluarahan Penjaringan Jakarta Utara. Di harapkan setelah mengikuti kegiatan edukasi pemahaman lansia tentang pentingnya memahami kejadian hipertensi meningkat.

METODE

Pada kegiatan pengabdian masyarakat tahun 2022, ada empat kegiatan yang dilakukan yaitu: 1) Pretest dan edukasi penyakit Hipertensi, 2) edukasi komplikasi hipertensi, 3) edukasi kolesterol, dan 4) Posttest kemampuan peserta tentang hipertensi. Lokasi Kegiatan pengabmas yaitu Wilayah Kelurahan Muara Baru RW 017 Kelurahan Muara Baru, Kecamatan Penjaringan Jakarta Utara. Kegiatan dilaksanakan selama selama 4 kali kegiatan

Strategi kegiatan pengabdian masyarakat:

1. Ceramah

Strategi ceramah dalam kegiatan pengabmas tidak hanya berupa penyampaian materi dengan menggunakan Powerpoint, tetapi diberikan juga menggunakan video tentang penyakit hipertensi dan pencegahannya. Materi yang diberikan adalah tentang; penyakit hipertensi, kolesterol dan edukasi komplikasi hipertensi,

2. Demonstrasi

Mendemosstrasikan pengukuran tekanan darah dan pengukuran kadar gula dalam darah, semua peserta sebanyak 40 orang mendapat pengukuran tekanan darah dan pengukuran gula darah yang dilakukan oleh mahasiswa dan di bombing oleh 3 orang dosen.

3. Evaluasi .

Evaluasi dilakukan untuk memperoleh informasi pengetahuan tentang hipertensi dan pencegahannya, dengan menganalisa isian kuesioner antara pre test dan post test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Persiapan yang dilakukan,diawali dengan penyusunan proposal, mengurus proses perijinan, melakukan kordinasi dengan pihak Puskesmas. Berikutnya dilakukan rapat tim untuk materi, membuat media Pendidikan kesehatan yang akan digunakan saat kegiatan penyuluhan dan keterampilan.

2. Tahap Implementasi

Implementasi kegiatan berupa pelatihan Pengendalian hipertensi. Implementasi mulai bulan Juni s.d bulan Oktober diawali dengan melakukan pre test untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta sebelum diberikan informasi kesehatan. Pendidikan kesehatan dilakukan dengan menggunakan Power Point, media audio visual seperti pemutaran video, ceramah Tanya jawab serta role play dan diskusi kasus. Latihan keterampilan diberikan melalui demonstrasi dengan menggunakan media audiovisual seperti video dan dengan demonstrasi secara langsung.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan pengetahuan dilakukan ketika seluruh rangkaian pelatihan berupa post test untuk mengetahui kemampuan peserta dalam pengendalian hipertensi, dengan menganalisa isian kuesioner antara pre test dan post test.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden lansia hipertensi

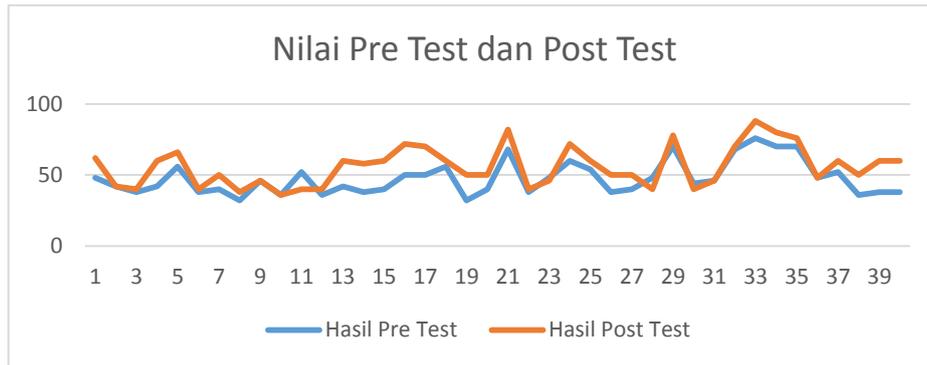
Karakteristik Responden	N	%
Pendidikan Terakhir		
Sarjana	4	10
SMA	5	12.5
SMP	5	12.5
SD	26	65
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	25
Perempuan	30	75

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan pendidikan terakhir lansia dalam pengabmas ini tergolong masih rendah, karena mayoritas lansia berpendidikan sekolah dasar (SD) yaitu sejumlah 65% atau 26 responden, Responden yang berpendidikan SMP dan SMA masing-masing 5 responden atau 12,5% dari jumlah responden. Responden yang menempuh hingga perguruan tinggi atau Sarjana (S1) sebanyak 4 responden atau 10% dari jumlah responden. Selanjutnya berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 75% dari jumlah responden atau 30 respon dan sisanya 25% atau 10 responden berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2.
Distribusi Nilai Pre dan Post Tes Pengetahuan Pengendalian Hipertensi pada lansia

Rata-rata Peningkatan	19%
Rata-rata Nilai Post Test	55.9
Rata-rata Nilai Pre Test	47.6
Penurunan Terbesar	-23%
Kenaikan Terbesar	58%
Nilai Terbesar Post Test	88
Nilai Terbesar Pre Test	76
Nilai Terkecil Post Test	36
Nilai Terkecil Pre Test	32

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa telah dilaksanakan kegiatan Pre Test kepada responden dengan Nilai Pre Test Test terbesar sebesar 76 dan terkecil 32. Berdasarkan hasil Post Test diketahui bahwa nilai terbesar sebesar 88 dan terkecil 36. Berdasarkan Hasil Pre Test dan Post Test diketahui bahwa Rata-rata nilai Pre Test 47,6 dan rata-rata nilai Post Test Sebesar 55,9 dengan rata-rata peningkatannya sebesar 19%.



Gambar 1. Perbandingan Nilai Pre Test dan Post Tes

Berdasarkan Gambar 1 diketahui bahwa nilai post test mengalami kenaikan secara signifikan dengan rincian sebanyak 31 responden mengalami kenaikan, 5 responden tetap, dan 4 responden mengalami penurunan.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa factor pendukung pengabdian masyarakat adalah adanya dukungan dari Ketua RW 017, para responden yang kooperatif dan antusias selama pelaksanaan kegiatan sedangkan factor penghambat yang dialami adalah ada beberapa lansia yang tidak bisa baca tulis dikarenakan mayoritas pendidikan peserta adalah tamatan SD sehingga menjadi penghambat dalam menerima pengetahuan tentang hipertensi yang disampaikan.

Hasil Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk mengukur keberhasilan dari program pengabdian masyarakat. Evaluasi kegiatan dilihat dari jumlah kehadiran semua peserta. Selama 4 kali kegiatan peserta sebanyak 40 orang hadir semua. Selain itu evaluasi juga dilakukan dengan metode yaitu metode post tes (mengisi kuesioner) tentang pengetahuan pengendalian hipertensi. Hasil Dari hasil Evaluasi pelaksanaan pengabmas tentang pengendalian hipertensi seluruh peserta hadir sebanya 40 orang memperoleh peningkatan pengetahuan. Hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan nilai sebelum dilakukan edukasi yaitu nilai Rata-rata Pre Test 47,6 dan rata-rata nilai Post Test Sebesar 55,9

Faktor yang mendukung dalam pengabdian masyarakat ini adalah RW 017 Kelurahan Muara Baru adalah pemuka masyarakat kooperatif dan terbuka terhadap kegiatan pengabdian masyarakat, jumlah peserta yang menderita hipertensi melebihi target yang ditentukan, tempat, kursi dan alat-lat AVA disediakan, kader kesehatan dan PJ lapangan (Ibu RW 017) selalu mendampingi selama, mahasiswa yang terlibat pengabmas kegiatan pengabmas aktif dan kreatif. sedangkan faktor penghambatnya adalah perizinan dari Dinas kesehatan terlalu lama.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diketahui bahwa jumlah responden sebanyak 40 responden dengan mayoritas perempuan, Tingkat pendidikan responden mayoritas adalah SD . Berdasarkan nilai pre test dan post test diketahui bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi setelah diberikan pengetahuan melalui ceramah dan video. Diharapkan untuk mem pertahankan dan berkelanjutan pada kegiatan yang sama agar para lansia

yang lainnya juga mendapatkan pengetahuan, pemeriksaan hipertensi dan pemeriksaan gula darah sehingga dapat membantu menurunkan kasus hipertensi di masyarakat khususnya di wilayah kelurahan Muara Baru kecamatan Penjaringan Jakarta Utara.

DAFTAR PUSTAKA

- Agrina, R. S, & Hairitama, R. 2011. *Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi*, Jurnal Univrsitas Riau Volume 6, No.1, April 2011.
- Azwar. 2007. *Sikap Manusia dan Pengukurannya*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryana, K. O. 2013. Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Unit Rehablitas sosial Wening Wardoyo Ungaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Volume 1, 186.
- Benson, C.2012. *Menurunkan Tekanan Darah*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*, Jakarta: CV Kiat Nasa
- Baradiro, M. 2008. *Klien Gangguan Kardiovaskuler*, Seri Asuhan Keperawatan, Jakarta: EGC
- Dahlan, M. S. 2010. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Darmawan, K. 2014. Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Denpasar Timur II. *Jurnal Keperawatan*, Universitas Udayana Denpasar.
- Darmojo, B.. 2003. *Konsep Menua Sehat Dalam Geriatri*, Jurnal Kedokteran dan Farmasi Medika, Jakarta : Grafiti Medika Pers.
- Kementerien Kesehatan RI. 2013. *Pedoman Teknis Penemuan Dan Tata Laksana Hipertensi*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes. 2014. Infodatin. Hipertensi Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Jakarta Selatan.
- Martin, W. 2015. Pengaruh Terapi Meditasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Ipteks Terapan*. Research of Applied Science and Education, Vol 10: 211- 217.
- Maryam, R. S., Ekasari, M.F., Rosidawati, Jubaedi, A., & Batubara, I. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo,S 2007. *Promosi Kesehatan, Teori dan Aplikasi*, Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, W.2008. *Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC
- Palmer, A & William, B. 2007. *Tekanan Darah Tinggi* (Penerjemah:Yasmine). Jakarta: Erlangga.
- Puspitorini, M. 2009. *Hipertensi cara mudah mengatasi tekanan darah Tinggi*, (Cetakan3). Yogyakarta: Image Press. 2009
- Udjianti, J. 2010. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: EGC