

PENYULUHAN PENCEGAHAN KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS 23 ILIR PALEMBANG TAHUN 2022

Abu Bakar Sidik¹, Dian Emilia Sari²

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Bina Husada Palembang

Corresponding Author: *¹abubakaraav@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan tentang hipertensi merupakan sesuatu yang harus dimiliki oleh pasien penderita hipertensi khususnya pada lansia atau lanjut usia. Banyak lansia pengetahuannya minim tentang pencegahan hipertensi dikarenakan kemungkinan karena terjadinya proses penuaan juga yang menyebabkan pola pikir dan daya ingat lansia menurun, padahal untuk pencegahan hipertensi ini sikap juga sangat dibutuhkan. Seperti yang diketahui sikap (*attitude*) adalah perasaan, pikiran dan kecenderungan seseorang yang kurang lebih bersifat permanen mengenal aspek-aspek tertentu dalam lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap lansia terhadap tindakan pencegahan hipertensi. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang Pencegahan Hipertensi. Edukasi disampaikan dengan metode ceramah melalui presentasi materi, dan pembagian pamflet. Hasil kegiatan ini terdapat peningkatan pengetahuan pada pasien tentang Hipertensi yaitu sebanyak 25 pasien mengetahui cara pencegahan hipertensi dengan baik.

Kata Kunci : penyuluhan, hipertensi

PENDAHULUAN

Penyakit kronik akibat pola hidup adalah sekelompok penyakit yang mempunyai faktor-faktor risiko yang sama sebagai sebuah hasil dari paparan selama beberapa dekade, pola makan yang tidak sehat, merokok, kurang latihan olahraga dan seringkali juga akibat stres psikologis. Faktor risiko utama diantaranya adalah tekanan darah yang tinggi, kecanduan tembakau, kolesterol darah yang tinggi, diabetes mellitus dan obesitas. Faktor-faktor tersebut akan menghasilkan berbagai proses penyakit seperti stroke, serangan jantung, diabetes melitus, berbagai kanker yang diinduksi oleh makanan dan tembakau, brokitis kronik, emfisema, dan banyak lagi lainnya yang berkulminasi dalam tingginya angka kesakitan dan kematian. Secara internasional penyakit tersebut dikenal juga sebagai penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif (Anies, 2020).

Hipertensi adalah salah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi di dunia. Satu dari empat orang di dunia mengidap gangguan tekanan darah tinggi, dengan total jumlah penderita lebih dari satu miliar. Seiring dengan pertambahan usia, persentase kejadian tekanan darah tinggi pun semakin meningkat. Sepertiga dari jumlah penderita itu tinggal di negara maju dan dua pertiga hidup di negara berkembang. Tekanan darah tinggi diperkirakan menyebabkan 7,1 juta kematian

atau kira-kira 13% dari seluruh kematian di dunia. Hasil penelitian *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa hampir setengah dari kasus serangan jantung dipicu oleh tekanan darah tinggi (Yahya, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, didapatkan kecenderungan prevalensi hipertensi diagnosis oleh nakes berdasarkan wawancara tahun 2013 (9,5%) lebih tinggi dibanding tahun 2013 (7,6%). Tiga provinsi, yaitu Papua, Papua Barat dan Riau terlihat ada penurunan. Enam provinsi tidak terjadi perubahan seperti Nusa Tenggara Barat, Sumatera Barat, Bengkulu, Kalimantan Barat, Aceh, dan DKI Jakarta. Di provinsi lainnya prevalensi hipertensi cenderung meningkat (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Sumatera Selatan (2019), didapatkan prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) tertinggi per 10.000 penduduk di Sumatera Selatan adalah Hipertensi (53,36) dan diiringi Penyakit Jantung (30,55), Diabetes Melitus (28,85) dan terendah Psikosis (0,04) (Dinkes Sumsel, 2020).

Berdasarkan data pencapaian kinerja program penyakit tidak menular Puskesmas 23 Ilir Palembang, pada kunjungan kesehatan penderita hipertensi pada tahun 2020 sebanyak 1.445 pasien. Hal ini mengalami peningkatan yang tinggi pada tahun 2021 sebanyak 62,39% atau sebanyak 2.316 kunjungan pasien hipertensi dan pada periode bulan Januari-Maret sebanyak 195 kasus.

Semakin bertambah umur seseorang semakin banyak pula penyakit yang muncul dan sering diderita khususnya pada lansia atau lanjut usia. Pada usia lanjut akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh, oleh sebab itu para lansia mudah sekali terkena penyakit seperti hipertensi. Hipertensi atau penyakit “darah tinggi” merupakan kondisi ketika seseorang mengalami kenaikan tekanan darah baik secara lambat atau mendadak. Diagnosis hipertensi ditegakkan jika tekanan darah sistol seseorang menetap pada 140 mmHg atau lebih. Nilai tekanan darah yang paling ideal adalah 115/75 mmHg (Anies, 2020).

Pengetahuan tentang hipertensi merupakan sesuatu yang harus dimiliki oleh pasien penderita hipertensi. Apabila seseorang penderita tidak mengetahui penyakit yang dideritanya maka akan menimbulkan bahaya laten bagi penderita. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula (Notoatmodjo, 2018).

Banyak lansia pengetahuannya minim tentang pencegahan hipertensi dikarenakan kemungkinan karena terjadinya proses penuaan juga yang menyebabkan pola pikir dan daya ingat lansia menurun, padahal untuk pencegahan hipertensi ini sikap juga sangat dibutuhkan. Seperti yang diketahui sikap (*attitude*) adalah perasaan, pikiran dan kecenderungan seseorang yang kurang lebih bersifat permanen mengenal aspek-aspek tertentu dalam lingkungannya. Sikap juga dapat diartikan sebagai pikiran dan perasaan yang mendorong seseorang untuk bertingkah laku ketika seseorang tersebut menyukai atau tidak menyukai sesuatu.

METODE

Dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini, metode yang digunakan adalah Ceramah dan tanya jawab melalui Penyuluhan. Adapun tahapan metode dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut :



Adapun tahap persiapan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah:

- Melakukan observasi ke lokasi pelaksanaan kegiatan.
- Melakukan audiensi dengan pihak mitra tentang permasalahan yang akan diselesaikan.
- Pembuatan proposal kegiatan.
- Persiapan kegiatan PKM.

Tahap pelaksanaan kegiatan ini terdiri atas:

- Melakukan penyuluhan tentang risiko jatuh pada lanjut usia.
- b) Melaksanakan kegiatan pelatihan berupa latihan keseimbangan untuk mencegah jatuh pada lanjut usia.
- Melakukan pemeriksaan vital sign, berat badan, dan tinggi badan.
- Melakukan pengukuran keseimbangan untuk menilai risiko jatuh pada lanjut usia.

Setelah pelaksanaan kegiatan, tahap akhir yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- Memberikan edukasi kepada peserta kegiatan (lanjut usia) berdasarkan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan.
- Pengolahan data.
- Pembuatan laporan hasil kegiatan.
- Pengumpulan laporan hasil kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini diselenggarakan di wilayah kerja Puskesmas 23 ilir Kota Palembang pada Bulan Desember 2022. Peserta kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah Pasien yang berada di wilayah puskesmas 23 ilir Kota Palembang. Jumlah peserta yang terlibat adalah 25 orang yang terdiri dari 10 perempuan dan 15 laki-laki. Kegiatan ini bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit Hipertensi pada warga di wilayah kerja puskesmas 23 ilir, serta memberikan Informasi tambahan tentang gerakan masyarakat hidup sehat. Kegiatan diawali dengan pemberian penyuluhan mengenai definisi Hipertensi, Penyebab Hipertensi, Tanda dan gejala, manifestasi klinis, pengobatan dan

pengecahan terjadinya Hipertensi.

Penyuluhan dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi. Peserta tampak antusias mengikuti kegiatan dengan aktif bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan setelah sesi ceramah. Kegiatan dilanjutkan dengan pendampingan. Setelah itu dilanjutkan dengan pemeriksaan Tekanan Darah untuk mengetahui risiko terjadinya Hipertensi. Adapun pemeriksaan yang dilakukan meliputi anamnesis, pengukuran vital sign, tinggi badan, berat badan.



KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil Penyuluhan, ditemukan bahwa mayoritas Warga Wilayah kerja puskesmas 23 ilir memiliki Pengetahuan Baik yaitu sebanyak 18 orang dan pengetahuan Cukup sebanyak 7 orang yang mengerti cara pencegahan terjadinya Hipertensi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar. Peserta aktif dan antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian acara dengan baik, lancar dan antusias, yang meliputi anamnesis, pengukuran vital sign, tinggi badan, berat badan, pemeriksaan Tekanan darah serta pengetahuan tambahan tentang Gerakan masyarakat untuk hidup sehat. Kegiatan yang sudah dilaksanakan diharapkan dapat berkelanjutan dijadikan sebagai program kegiatan rutin untuk mencegah terjadinya hipertensi. Setelah Warga mendapatkan edukasi tentang pencegahan hipertensi dengan demikian diharapkan resiko terjadinya penyakit hipertensi kemungkinan besar kecil terjadi. Karena, Warga telah mendapatkan edukasi tentang cara pencegahan Hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anies, 2020. *Waspada Ancaman Penyakit Tidak Menular*. Jakarta. Elex Media Komputindo
- Ardiansyah, 2019. *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*. Yogyakarta. Diva Press
- Azwar, 2016. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Baradero, dkk, 2016. *Seri Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler*. Jakarta. EGC

- Brushers, 2018. *Aplikasi Klinis Patofisiologi Pemeriksaan dan Manajemen Edisi 2*. Jakarta. EGC
- Budiman dan Riyanto, 2018. *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Corwin, 2016. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta. EGC
- Dwi dan Fitrah, 2020. *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta. CV. Trans Info Media
- Efendi dan Makhfudli, 2019. *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik Dalam Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Hartono, 2018. *Hipertensi: The Silent Killer. Artikel Penelitian dalam Rangka hari Hipertensi Sedunia*. Jakarta. Perhimpunan Hipertensi Indonesia.
- Holland, 2016. *Ensiklopedia Keperawatan*. Jakarta. EGC
- Kemendes RI, 2019. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta. Kemendes RI
- Machfoeds, 2019. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Hipertensi Pada Lansia Hipertensi di RW 04 Tegal Rejo Kelurahan Tegal Rejo*. Jurnal. Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta
- Maryam dkk, 2018. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta. Salemba Medika
- Nanda, 2019. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Jilid 1*. Jakarta. Media Action
- Notoatmodjo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*. Jakarta. Rineka Cipta
- Notoatmodjo, 2018. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta. Rineka Cipta
- Setiadi, 2016. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan Edisi 2*. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Tamher dan Noorkasini, 2018. *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Wawan dan Dewi, 2018. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta. Numed
- Widyanto dan Triwibowo, 2019. *Trend Disease Trend Penyakit Saat Ini*. Yogyakarta. Trans Info Media
- Wijayaningsih, 2019. *Standar Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta. Trans Info Media
- Yahya, 2019. *Menaklukan Pembunuh No. 1*. Bandung. Mizan Pustaka