

Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi pada Lansia Dusun Kebitan

Azzam Bilal Abdul Aziz¹, Andy Rahman¹, Ahmad Baihaqi Fanani Hidayat¹, Umar Abdul¹, Amira Sekar Amalia¹, Dhea Aleyda Muthmainnah¹, Dila Gustiana Handayani¹, najma Aliyah Nurhidayah¹, Ana Medawati¹*

¹ Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, D.I. Yogyakarta 55183

Email: medawati888@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1166>

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia karena tingginya tingkat prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan resiko penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung dan stroke. Tekanan darah biasanya akan bertambah secara perlahan dengan bertambahnya umur. Penurunan fungsi organ pada lansia memicu terjadinya penyakit hipertensi. Selain faktor usia, hipertensi dapat juga disebabkan oleh faktor genetika, aktivitas fisik, stress, dan kepatuhan minum obat. Hasil survei menunjukkan bahwa sebanyak 80% lansia di Dusun Kebitan menderita hipertensi yang mana 60% penderita disebabkan oleh kurangnya pengetahuan terkait perawatan dan penanganan hipertensi. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk mengedukasi terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia di Dusun Kebitan. Program pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan pre-experiment design one group pre-test and post-test. Hasil pengabdian yang telah dilakukan yaitu diperoleh nilai signifikansi <0.05 yang menunjukkan adanya terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perilaku yang berisiko. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan di Dusun Kebitan, Kalurahan Sendangarum, Kapanewon Minggir, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat meningkatkan pemahaman terkait upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia.

Kata Kunci: Dusun Kebitan, Edukasi, Hipertensi, Lansia

Pendahuluan

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia membutuhkan perhatian khusus dari segala pihak untuk mengantisipasi terjadinya berbagai permasalahan yang ada. Penuaan penduduk membawa implikasi baik dari aspek ekonomi, sosial, hukum, politik dan terutama pada kesehatan. Meningkatnya populasi lansia tidak dapat dipisahkan dengan masalah kesehatan yang terjadi pada lansia misalnya terjadi penurunan fungsi organ degeneratif. Penyakit degeneratif yang paling banyak diderita seperti penyakit jantung, stroke, gangguan sendi, hipertensi, katarak, dan diabetes melitus (Riskesdas, 2018). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia karena tingginya tingkat prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan resiko penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung dan stroke yang mana pada tahun 2016 menjadi penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018). Tekanan darah biasanya akan bertambah secara perlahan dengan bertambahnya umur (Dafriani dkk., 2023). Hipertensi merupakan faktor penyebab utama kematian yang mengakibatkan stroke dan faktor yang dapat memperberat infark miokard atau sering disebut dengan serangan jantung (Sesrianty dkk., 2020). Menurut WHO, kasus hipertensi mengalami kenaikan hingga 80% terutama pada negara berkembang yaitu pada tahun 2025 dari berjumlah 630 juta kasus ditahun 2000 dan akan diperkirakan naik menjadi 1,15 miliar kasus ditahun 2025 jika penyakit hipertensi ini tidak ditangani dengan baik serta tidak ada sosialisasi dari dinas kesehatan yang memberikan sosialisasi kepada penduduk Indonesia.

Saat ini pemerintah Indonesia sudah mulai memberikan perhatian yang sangat serius terhadap penyakit tidak menular seperti hipertensi. Langkah yang dilakukan yaitu dengan memaksimalkan kinerja dalam hal pencegahan dan deteksi dini PTM dengan melalui kegiatan-kegiatan posyandu (Ansar dkk., 2019). Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya risiko hipertensi antara lain, faktor usia, faktor genetika, aktivitas fisik, stress, dan kepatuhan minum obat (Listina dkk., 2020; Kurdi dkk., 2022).

Upaya menurunkan konsekuensi timbulnya penyakit hipertensi di Indonesia membutuhkan deteksi awal dan manajemen kesehatan efektif. Salah satu hal yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian edukasi terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Kegiatan identifikasi faktor resiko diharapkan mampu mendeteksi kasus hipertensi secara efektif melalui analisis karakteristik individu dan faktor resiko terjadinya hipertensi.

Hasil survei yang telah dilakukan menunjukkan bahwa masyarakat Dusun Kebitan masih banyak yang belum menerapkan hidup sehat khususnya pada pola makan sehari-hari, contohnya masih banyak yang mengkonsumsi garam berlebih, gorengan, dan santan. Hal tersebut menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya resiko penyakit hipertensi. Berdasarkan hasil survei tersebut maka perlu dilakukn pengabdian di Dusun Kebitan terkait edukasi pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Kegiatan pengabdian bertujuan agar lansia di Dusun Kebitan dapat memajemen dan menangani penyakit hipertensi.

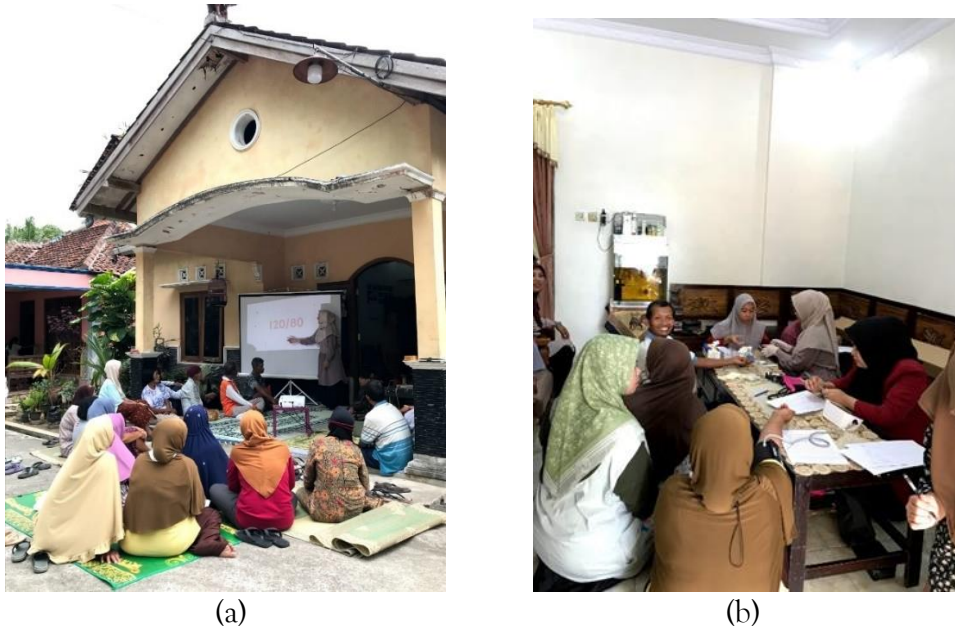
Metode Pelaksanaan

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan untuk mengedukasi terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia di Dusun Kebitan. Dusun kebitan merupakan salah satu dusun yang terletak di Kalurahan Sendangarum, Kapanewon Minggir, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Populasi yang digunakan adalah seluruh lansia yang tinggal di Dusun Kebitan yang berjumlah 25 lansia. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan *pre-experiment design one group pre-test and post-test* dimana pada desain ini dilakukan untuk mencapai tujuan dari program, dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, penyuluhan, dan diskusi interaktif. Materi yang disampaikan pada penyuluhan meliputi materi terkait penyebab penyakit hipertensi, gejala penyakit hipertensi, upaya pencegahan penyakit hipertensi, dan senam hipertensi. Kuesioner *pre-test* diberikan sebelum dilakukan penyuluhan dan *post-test* diberikan setelah dilakukan penyuluhan agar dapat diketahui tingkat keberhasilan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan. Data dari hasil *pre-test* dan *post-test* diolah menggunakan SPSS dengan analisis data menggunakan uji *paired sample t-test*.

Hasil dan Pembahasan

Peningkatan kejadian hipertensi yang dipengaruhi oleh bertambahnya usia terjadi secara alamiah sebagai proses menua dan didukung dengan beberapa faktor eksternal. Hal ini berkaitan dengan perubahan struktur dan fungsi kardiovaskuler. Seiring dengan bertambahnya usia, dinding vertikel kiri dan kutub jantung menebal serta elastistitas pembuluh darah menurun. Kondisi inilah yang menyebabkan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga berdampak pada peningkatan tekanan darah.

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan penyuluhan terkait edukasi pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia di Dusun Kebitan. Kegiatan pengabdian diawali dengan pemeriksaan tekanan darah pada lansia untuk skrining kondisi awal. Berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah yang telah dilakukan menunjukkan bahwa 80% lansia di Dusun Kebitan menderita hipertensi. Sebanyak 60% lansia Dusun Kebitan menderita hipertensi disebabkan oleh kurangnya pengetahuan terkait perawatan dan penanganan hipertensi seperti makanan yang tepat untuk dikonsumsi bagi penderita hipertensi, cara mengurangi nyeri saat hipertensi, dan pengobatan hipertensi. Pemberian edukasi dilakukan dengan penyuluhan meliputi dua sesi yaitu sesi penyampaian materi dan sesi tanya jawab. Edukasi yang diberikan meliputi definisi hipertensi, penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, cara penanganan hipertensi, pengobatan hipertensi, dan perawatan hipertensi. Kegiatan penyuluhan ditunjukkan pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. (a) Pemberian materi penyuluhan (b) Pemeriksaan tekanan darah

Keberhasilan kegiatan pengabdian diketahui melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Sebelum dilakukan penyuluhan terkait edukasi pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi kepada lansia Dusun Kebitan diberikan *pre-test* untuk mengukur pengetahuan sebelum diberikan edukasi. *Post-test* diberikan kepada para peserta setelah kegiatan penyuluhan agar dapat diketahui peningkatan pemahaman yang terjadi. Hasil analisis kuisisioner menunjukkan rata-rata hasil *pre-test* sebesar 8,4 dan *post-test* sebesar 9,68, sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai materi yang diberikan terkait upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Iyong, dkk (2020) mengenai penyuluhan kesehatan dapat mempengaruhi perubahan perilaku responden karena adanya perubahan pengetahuan dengan diberikan penyuluhan.

Hasil dari *pre-test* dan *post-test* dilakukan uji *paired sample t-test* guna mengetahui adanya hubungan antara pemberian edukasi dengan peningkatan pemahaman masyarakat terhadap langkah-langkah pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Pada uji ini didapatkan nilai signifikansi <0.05 yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perilaku yang diberikan yaitu edukasi mengenai pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi kepada para lansia yang dilihat dari sebelum dan sesudah kegiatan edukasi pada masing-masing variabel.

Simpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa penyuluhan yang dilakukan di Dusun Kebitan, Kalurahan Sendangarum, Kapanewon Minggir, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat meningkatkan pemahaman terkait upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia. Hasil uji *paired sample t-test* terkait peningkatan pemahaman terhadap pencegahan dan pengendalian hipertensi yaitu sebesar <0.05 .

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atas dana pengabdian yang diberikan dan kepada masyarakat Dusun Kebitan yang telah mendukung terlaksananya program pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Ansar, J., Dwinata, I., & M, Apriani. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi pada Pengunjung Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3). 28-35.
- Dafriani, P., Sartiwi, W., & Dewi, R. I. S. (2023). Edukasi Hipertensi pada Lansia di Lubuk Buaya Kota Padang. *Abdimas Galuh Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(1), 90-93.
- Iyong, E. A., Kairupan, B. H., & Engkwng, S. (2020) Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Peserta Didik di SMP Negeri 1 Nanusa Kabupaten Talaud. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (KESMAS)*, 9(7), 59-66.
- Kurdi, F., Sunaryo, M. M. F., Romadhonia, F., Amini, D. A., & Ramadhan, K. (2022). Perilaku “CERDIK” pada Lansia dengan Hipertensi Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia (JKKI)*, 2(1), 42-56.
- Listina, F., D. Y. Maritasari, dan S. E. Pratiwie. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Calon Jamaah Umrah pada Pelayanan Vaksinasi Meningitis Meningococcus di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Panjang. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah)*, 5(1), 63-70.
- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia. Jakarta. Kemeskes RI.
- Sesrianty, Vera. (2020). Pemberian Edukasi Tentang Pencegahan Hipertensi di Posyandu Lansia Cendrawasih Bukittingg. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(2), 50-54.
- WHO. (2018). *Global Health Estimates 2016: Daths by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 200-2016*. Geneva: World Health Organization.