



PENYULUHAN TENTANG PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA DI POSYANDU KENANGA V TIBAN INDAH III KOTA BATAM

Revi Yulia^{1*}, Asfri Sri Rahmadeni², Trisya Yona Febrina³, Nahrul Hayat⁴,

^{1,3}Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Institut Kesehatan Mitra Bunda

^{2,4}Diploma Keperawatan, Institut Kesehatan Mitra Bunda

*Email : reviyulia341@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi lebih dikenal dengan istilah penyakit tekanan darah tinggi. Batas tekanan darah yang dapat digunakan sebagai acuan untuk menentukan normal atau tidaknya tekanan darah adalah tekanan sistolik dan diastolik, Seorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih. Pada umumnya hipertensi tidak mempunyai penyebab yang spesifik (idiopatik) Penyebab hipertensi pada orang dengan lanjut usia adalah terjadinya perubahan – perubahan pada: Elastisitas dinding aorta menurun, Katub jantung menebal dan menjadi kaku, Kemampuan jantung memompa darah menurun 1% setiap tahun sesudah berumur 20 tahun kemampuan jantung memompa darah menurun menyebabkan menurunnya kontraksi dan volumenya, Kehilangan elastisitas pembuluh darah. Hal ini terjadi karena kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada para lansia tentang hipertensi. Metode yang digunakan adalah ceramah untuk kegiatan penyuluhan Kesehatan. Jumlah lansia yang ada pada posyandu lansia kenanga V Puskesmas Tiban Indah Sekupang Batam sebanyak 30 orang. Hasil yang dicapai dari kegiatan ini adalah lansia yang hadir memahami penyuluhan yang diberikan dan merasa damai di hati dan pikiran menjadi lebih tenang serta rileks. Para lansia sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga selesai.

Kata Kunci: Hipertensi Lansia, Penyuluhan Kesehatan

ABSTRACT

Hypertension is better known as high blood pressure. Blood pressure limits that can be used as a reference for determining whether blood pressure is normal or not are systolic and diastolic pressure. A person is said to have hypertension if the systolic pressure is 140 mmHg or more and the diastolic is 90 mmHg or more. In general, hypertension does not have a specific cause (idiopathic) the heart's ability to pump blood decreases causing decreased contraction and volume, Loss of elasticity of blood vessels. This happens because of the lack of effectiveness of peripheral blood vessels for oxygenation. This community service activity aims to provide understanding to the elderly about hypertension. The method used is lectures for health education activities. The number of elderly people at the Posyandu for the elderly at the ylang V Puskesmas Tiban Indah Sekupang Batam is 30 people. The results achieved from this activity were that the elderly who attended understood the counseling given and felt peace in their hearts and minds became calmer and relaxed. The elderly were very enthusiastic about participating in the whole series of activities until they were finished.

Keywords: Elderly Hypertension, Health Education



PENDAHULUAN

Hipertensi lebih dikenal dengan istilah penyakit tekanan darah tinggi. Batas tekanan darah yang dapat digunakan sebagai acuan untuk menentukan normal atau tidaknya tekanan darah adalah tekanan sistolik dan diastolik. Berdasarkan JNC (Joint National Comitee) VII, seorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih (Chobaniam, 2014).

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Pada populasi lanjut usia, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan sistolik 160 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg (Sheps, 2015). Tekanan darah merupakan kekuatan lateral pada dinding arteri oleh darah yang didorong dengan tekanan dari jantung. Tekanan sistemik atau arteri darah, tekanan darah dalam sistem arteri tubuh, adalah indikator yang baik tentang kesehatan kardiovaskuler. Aliran darah mengalir pada sistem sirkulasi karena perubahan tekanan. Darah mengalir dari daerah yang tekanannya tinggi ke daerah yang tekanannya rendah. Kontraksi jantung mendorong darah dengan tekanan tinggi ke aorta. Puncak dari tekanan maksimum saat ejeksi terjadi adalah tekanan darah sistolik. Pada saat ventrikel relaks, darah yang tetap dalam arteri menimbulkan tekanan diastolik atau minimum. Tekanan diastolik adalah tekanan minimal yang mendesak dinding arteri setiap waktu..

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan diperoleh data bahwa terdapat 50 lansia yang mengalami hipertensi secara berkelanjutan . Semua lansia tersebut mengalami. Berdasarkan keterangan dari dokter penanggung jawab posyandu lansia masih banyak mengalami hipertensi, dan selalu mengeluhkan pusing, sakit kepala dan kukuk tersa berat. Untuk Meningkatkan

pemahaman masyarakat mengenai penyakit Hipertensi serta dampak apa yang bisa ditimbulkan dan bagaimana cara mencegahnya melalui kegiatan penyuluhan dan pendidikan kesehatan kepada masyarakat khususnya lansia.

METODE

Pemberian Informasi melalui penyuluhan/pendidikan kesehatan dengan menjelaskan materi kepada lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kordinasi dari berbagai pihak diantaranya LPPM, dinas Kesehatan yang sudah mengizinkan untuk melakukan pengbdian di posyandu lansia wilayah kerja puskesmas sekupang kota batam.. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n = 30)

No	Jenis Kelamin	f	%
1	Laki-laki	10	33,3
2	Perempuan	20	66,7
	Total	30	100

Berdasarkan tabel.1 diatas dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan

Tabel 2.

Tingkat pengetahuan lansia sebelum diberikan penyuluhan kesehatan (n = 30)

No.	Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Baik	8	26,67
2	Cukup	10	33,33
3	Kurang	12	40,00
	Total	30	100

Berdasarkan tabel.2 diatas dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden berpengetahuan kurang tentang hipertensi sebelum diberikan penyuluhan .



Tabel 3.

Tingkat pengetahuan lansia setelah diberikan penyuluhan kesehatan (n = 30)

No.	Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Baik	12	40,00
2	Cukup	11	36,67
3	Kurang	7	23,33
	Total	30	100

Berdasarkan tabel.3 diatas dapat diketahui bahwa Sebagian besar responden berpengetahuan baik tentang hipertensi setelah diberikan penyuluhan .

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di atas diperoleh bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pengetahuan kurang sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi yakni 40,00%. Walaupun sebelumnya pernah diberikan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi. Lansia yang memiliki pengetahuan kurang menyatakan bahwa mereka lupa dengan materi yang sudah disampaikan sebelumnya, tidak ada yang mengulang materi tersebut. Pada umumnya lansia sudah mulai sulit untuk mengingat atau mudah lupa. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Notoatmodjo (2014) bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yakni faktor internal (usia, pengalaman, jenis kelamin dan intelegensia) dan faktor eksternal (tingkat pendidikan, pekerjaan, sosial budaya, lingkungan dan informasi. Oleh karena itu, penulis memberikan rekomendasi kepada petugas posyandu mulai dari kader sampai penanggung jawab posyandu untuk bisa bekerjasama dengan agar terus memberikan penyuluhan atau Pendidikan.

Kesehatan ke pasien dan menggunakan media lain dalam menyampaikan informasi misalnya menonton video tentang pendidikan kesehatan tentang hipertensi bersama sehingga para lansia akan mengingat terus.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan kesehatan tentang hipertensi berjalan dengan lancar. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat tersebut tercapai dimana para lansia dapat memahami tentang hipertensi. Para lansia sangat antusias mengikuti kegiatan ini mulai awal hingga akhir kegiatan.

Penulis menyarankan agar lansia yang mengalami Hipertensi dapat segera memeriksakan kesehatannya di Pelayanan kesehatan terdekat, dan lansia yang belum terkena katarak di harapkan dapat menghindari dan mencegahnya dengan menjaga kesehatan mata dan kepada pihak puskesmas penyuluhan Penyakit Hipertensi ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam peningkatan kualitas asuhan keperawatan serta perkembangan ilmu praktek keperawatan

DAFTAR PUSTAKA

- Aminuddin, A., Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6i1.119>
- Aris, S. 2015. *Mayo Clinic Hipertensi, Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: PT Intisari Mediatam.
- Armilawaty, 2017. Hipertensi dan Faktor Resiko Dalam Kajian Epidemiologi, Bagian Epidemiologi FKM UNHAS.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan. Alih Bahasa Edisi 8 (Edisi 8). Salemba Medika.
- Friedman, M. ., Bowden, V. ., & Jones,



- E. . (2013). Keperawatan keluarga: riset, teori dan praktik. Pearson Education.
- Keleher, H. MacDougall, C, & Murphy, B (2015). Understanding Health Promotion. Victoria, Australia : Oxford University Press.
- Notoadmojo, Sukidjo. (2014). Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Renika Cipta : Jakarta.
- Rasmaliah, Parida Hanum, R. L. (2017). Hubungan Karakteristik Dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. Kesehatan Masyarakat, 3 No.1 Des.
- Sukmadi, A., Alifariki, L. O., Arfini Kasman A, I. M., & Siagian, H. J. (2021). Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. Jurnal Kesehatan, 9(2), 109–114. <https://doi.org/10.25047/jkes.v9i2.224>
- Surya, D. O., & Desnita, R. (2019). Efektifitas Akupresur Terhadap Derajat Restless Leg Syndrome Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis. Jurnal kesehatan perintis (Perintis's Health Journal), 6(2), 104–109. <https://doi.org/10.33653/jkp.v6i2.283>