



Pemberdayaan Kelompok Kader Dan Keluarga Tanggap Lansia Dalam Upaya Pencegahan Hipertensi Di Kelurahan Linggasari

Dini Nurbaeti Zen¹, Daniel Akbar Wibowo¹, Rifa Lasriani¹, Aini Nurfajriah¹, Tiara¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh

Correspondence author: Dini Nurbaeti Zen

Email: dininurbaetizen@gmail.com

Address : Jl. RE. Martadinata Baregbeg, Ciamis, Jawa Barat, Indonesia

Submitted:6 Agustus 2024, Revised:7 Agustus 2024, Accepted: 10 Agustus 2024, Published: 20 Agustus 2024

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v4i4.381



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Hypertension in Indonesia requires serious attention because it is the number 3 cause of death after stroke and tuberculosis. Along with the increasing number of people with hypertension in Indonesia, the government has formulated various health service policies for the elderly so that the degree and quality of health of elderly people with hypertension can improve. One of them is by launching health services for the elderly through several levels. Services at the community level are carried out by the Elderly Posyandu. The description of the situation above is the basis for why it is necessary to empower elderly posyandu cadres to prevent hypertension and its complications in Linggasari Village, Ciamis Regency. The form of this community service activity is in the form of providing education about hypertension and its complications and, providing blood pressure checking training for cadres. The subjects in this activity were all hypertension cadres in the Linggasari Village area, Ciamis Regency. This location was chosen considering that hypertension cases in this area are still quite high. This service activity received a warm welcome from the participants. This is evidenced by the number of participants who are active in discussions and asking questions. After the discussion session, the speaker conducted an oral post test to the participants, in the post test 100% of the participants were able to answer the questions submitted by the speaker correctly. The conclusion that can be drawn from this activity is that all participants are quite active in this activity and do not leave the place until the event is over. Efforts to increase community knowledge about hypertension can be maximized after this activity as measured by the results of apperception and evaluation.

Keywords: Empowerment, Cadre, Hypertension

Pendahuluan

Pembangunan kesehatan Indonesia diarahkan guna mencapai pemecahan masalah kesehatan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Masalah kesehatan dapat dipengaruhi oleh pola hidup, pola makan, lingkungan kerja, olahraga dan stres. Perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar, menyebabkan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung, hipertensi, hiperlipidemia, diabetes melitus (DM) dan lain-lain. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg (Price & Wilson, 2006). Menurut World Health Organization, batas tekanan darah yang masih dianggap normal yaitu 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah di atas 160/95 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Hipertensi dapat menyebabkan banyak komplikasi. Komplikasi-komplikasi akibat hipertensi diantaranya adalah stroke, gagal jantung, gangguan ginjal dan gangguan penglihatan (Price & Wilson, 2006).

Hipertensi sering terjadi pada lansia karena pada lansia terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh perifer yang mengakibatkan penurunan distensi dan daya regang pembuluh darah. Perubahan-perubahan yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah hilangnya elastisitas jaringan ikat, aterosklerosis, penurunan relaksasi otot polos pembuluh darah (Ariyanto & Rosa, 2024). Gangguan pembuluh darah ini akan mengakibatkan aorta dan arteri menjadi berkurang kemampuannya dalam mengakomodasi volume darah dari jantung, sehingga pada akhirnya dapat mengakibatkan penurunan curah jantung dan peningkatan tahanan periferiv . Hipertensi di Indonesia memerlukan perhatian yang serius karena merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis . Tingkat kematiannya juga mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia (Depkes RI, 2010).

Seiring dengan semakin meningkatnya angka penderita hipertensi di Indonesia, pemerintah merumuskan berbagai kebijakan pelayanan kesehatan untuk lansia agar derajat dan mutu kesehatan lansia penderita hipertensi dapat meningkatvi. Salah satunya yaitu dengan mencanangkan pelayanan kesehatan pada lansia melalui beberapa jenjangvii . Pelayanan di tingkat masyarakat dilakukan oleh Posyandu Lansia (Setiawan, Roslianti, & Firmansyah, 2020). Posyandu lansia adalah suatu pos pelayanan terpadu yang ditujukan untuk masyarakat lanjut usia di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati, yang digerakkan oleh masyarakat dimana mereka bisa mendapatkan pelayanan kesehatannya . Uraian situasi di atas merupakan dasar mengapa perlu dilakukan pemberdayaan kader posyandu lansia untuk pencegahan hipertensi dan komplikasinya di Kelurahan Linggasari Kabupaten Ciamis. Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian edukasi tentang hipertensi dan komplikasinya serta, memberikan pelatihan pemeriksaan tekanan darah bagi kader.

Tujuan

Untuk meningkatkan peran dan pengetahuan kelompok kader dan keluarga tanggap lansia dalam pencegahan hipertertensi

Subjek

Subjek dalam kegiatan ini adalah seluruh kelompok kader dan keluarga tanggap lansia

di wilayah Kelurahan Lingsari . Lokasi ini dipilih mengingat kasus Hipertensi di Wilayah ini masih banyak.

Metode

Tahap persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan Pemerintah Desa dan Puskesmas setempat terkait dengan akan diselenggarakannya kegiatan pengabdian ini, mengidentifikasi kebutuhan sumber daya selama kegiatan, dan mempersiapkan segala kebutuhan kegiatan dengan dibantu oleh mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh. Tahap Implementasi yaitu memilih strategi komunikasi yang efektif untuk pelaksanaan kegiatan, teknik ceramah dipilih karena dianggap paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, selain itu juga digunakan teknik diskusi dimana diharapkan masyarakat bisa saling bertukar pikiran. Selain itu terdapat juga demonstrasi terkait cara pemeriksaan tekanan darah secara benar kepada seluruh peserta. Sebelum dimulai kegiatan terlebih dahulu dijelaskan maksud dan tujuan dilakukan kegiatan. Kegiatan pelatihan ini dibuka oleh Ibu Kades dan Kepala Puskesmas Ciamis dilanjutkan dengan pengenalan dan penyampaian materi. Dalam pelaksanaan kegiatan ini menggunakan media LCD untuk pemaparan teori terkait hipertensi terutama tentang pencegahan dan komplikasinya kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi, dan diakhiri dengan pelatihan teknik pemeriksaan tekanan darah secara benar. Instrumen yang digunakan adalah leaf leaf dan audiovisual sebagai media edukasi yang dapat di baca ulang oleh peserta. Media edukasi menggunakan sarana LCD dan laptop. Instrumen questioner berisi pertanyaan tentang penyakit hipertensi. Peserta dalam kegiatan ini adalah kelompok kader dan keluarga tanggap lansia

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terjadi peningkatan pengetahuan pada kader dan juga masyarakat Kelurahan Lingsari Kabupaten Ciamis dapat dilihat pada table dibawah ini :

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Kader Pelita Hatiku

Pengetahuan	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Mean
Pre Test	60	40	55
Post Test	100	80	90

Dari table 1 diatas dilihat terjadi peningkatan skor rerata pengetahuan kader sebelum dan setelah dilakukan edukasi, dimana rerata skor sebelum edukasi didapatkan nilai 55 menjadi 90 setelah dilakukan edukasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	ersentase (%)
Pretest		
Baik	23	45
Kurang	29	55
Posttest		
Baik	44	85
Kurang	8	15

Dari table 2 diatas dilihat terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat sebelum dan setelah dilakukan edukasi, dimana sebelum kegiatan pengabdian didapatkan pengetahuan Masyarakat Sebagian berada pada pengetahuan kurang yaitu sebanyak 55% terjadi erubahan setelah dilakukan kegiatan menjadi Sebagian besar Masyarakat memiliki pengetahuan baik terkait hipertensi yaitu sebesar 85% (Firmansyah, Mulyati, & Setiawan, 2023).

Kegiatan ini diawali dengan penyampaian materi oleh narasumber yaitu 2 orang dosen dari Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis materi yang disampaikan ditekankan pada materi hipertensi. Selama berlangsungnya kegiatan, peserta terlihat antusias mendengarkan dan aktif berdiskusi. Pada awal penyampaian materi, pemateri meminta peserta untuk menyampaikan pengetahuannya tentang hipertensi. Setelah materi disampaikan, dilakukan pelatihan cara memeriksa tekanan darah secara benar. Kegiatan pengabdian ini mendapatkan sambutan hangat dari peserta. Hal ini terbukti dengan banyaknya peserta yang aktif dalam diskusi dan mengajukan pertanyaan. Setelah sesi diskusi pemateri malakukan post tes secara lisan dan tulisan kepada peserta, dalam post tes yang dilakukan peserta mampu menjawab pertanyaan yang disampaikan oleh pemateri dengan benar. Seperti yang disampaikan oleh Shalahudin Iwan (2021) dimana metode ceramah sangat efektif untuk mempermudah peserta dalam memahami isi dan materi yang disampaikan. Selain dengan ceramah metode Tanya jawab merupakan salah satu usaha untuk menyingkirkan rintangan selama proses ceramah. Efektifitas metode yang digunakan oleh pemateri yaitu ceramah dan diskusi cukup terlihat, terbukti dengan sebagian besar peserta memahami dan mengerti tentang materi yang disampaikan. Peserta senang dengan penyuluhan ini, hal ini terbukti dengan banyaknya peserta yang aktif dalam diskusi dan mengajukan pertanyaan serta antusias ketika pelaksanaan diskusi Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



KESIMPULAN

Kesimpulan yang bisa ditarik dari kegiatan ini seluruh peserta cukup aktif dalam kegiatan ini dan tidak meninggalkan tempat sampai acara selesai. Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Hipertensi dapat lebih maksimal setelah diadakan kegiatan ini di ukur dengan hasil apersepsi dan evaluasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adam dkk. (2019). Determinants of Hypertension in Elderly, 1(2), 82-89. <https://ejurnal.ung.ac.id>
2. Amanda dkk. (2017). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang, 2(3), 437-447. <https://publikasi.unitri.ac.id>
3. Bagheri H. et all. (2021). Effect of Benson and progressive muscle relaxation techniques on sleep quality after coronary artery bypass graft: A randomized controlled trial, 63, 2-7. www.elsevier.com/locate/ctim
4. BPS.(2019). Statistik penduduk lanjut usia di Indonesia 2019. Badan Pusat Statistik.
5. Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis. (2019). Profil Kesehatan Kabupaten Ciamis Tahun 2019.
6. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2020). Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020. <https://diskes.jabarprov.go.id>
7. DN. Zen dkk .(2024). Penerapan Pelayanan Lansia Berkualitas Dengan Perhatian Khusus (PELITA HATIKU). Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia. Dini Nurbaeti, et al. 2024. Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Resiko Hipertensi dengan Pendekatan Belife Model. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
8. DN, Zen. dkk .(2024). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Resiko Hipertensi dengan Pendekatan Belife Model. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
9. Kemenkes RI. (2017). Sebagian Besar Penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
10. Ariyanto, H., & Rosa, E. M. (2024). Effectiveness of telenursing in improving quality of life in patients with heart failure : A systematic review and meta-analysis. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 10(May), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2024.04.009>
11. Firmansyah, A., Mulyati, N. W., & Setiawan, H. (2023). Family Empowerment Program to Improve Quality of Life in Thalassemia Patient: A Case Study. *Genius Journal*, 4(2), 346–353. <https://doi.org/10.56359/gj.v4i2.268>
12. Setiawan, H., Roslianti, E., & Firmansyah, A. (2020). Theory Development of Genetic Counseling among Patient with Genetic Diseases. *International Journal of Nursing Science and Health Services*, 3(6), 709–715. <https://doi.org/http://doi.org.10.35654/ijnhs.v3i6.350> Abstract.