

Penyuluhan Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Pada Lansia di Dusun Jaranan Bantul

Yuni Andriani¹, Dian Anggraini²

^{1,2}Farmasi (S1), Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

e-mail: ¹andriant1212@gmail.com

ABSTRAK. Hipertensi sering kali disebut sebagai pembunuh gelap karena gejala tidak terlihat lebih awal sebagai peringatan bagi korbannya. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia menduduki peringkat ketiga sebagai penyakit tidak menular yang paling banyak menyebabkan kematian. Pra lansia (45-59 tahun) dan lansia (60-70 tahun) merupakan orang yang mempunyai faktor risiko tinggi terjadinya hipertensi, sehingga perlu dilakukan penyuluhan pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia supaya lebih memperhatikan pola hidup yang sehat agar tidak menimbulkan hipertensi yang mungkin disertai dengan komplikasi berbahaya lainnya. Pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada warga pra lansia dan lansia Dusun Jaranan, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul. Kegiatan ini akan dilakukan dengan metode ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi interaktif dengan 40 peserta. Tahapan dari kegiatan ini yaitu persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan pelaporan. Tahapan persiapan terdiri dari observasi lapangan, pengumpulan bahan, penyusunan proposal, dan persiapan materi. Tahap pelaksanaan kegiatan yaitu *pretest*, ceramah, dan diskusi. Tahapan evaluasi meliputi *posttest*, pengisian kuisioner, dan penyusunan laporan. Hasil dari nilai *pretest* peserta yakni sebanyak 26 peserta (65%) mempunyai pengetahuan yang kurang, 12 peserta (30%) mempunyai pengetahuan yang cukup, dan hanya 2 peserta (5%) memiliki pengetahuan yang baik terkait hipertensi. Hasil dari nilai *posttest* pengetahuan peserta terkait hipertensi meningkat dilihat dari tidak ada peserta (0%) berada dalam kategori kurang, 18 peserta (45%) masuk ke dalam kategori cukup dan 22 peserta (55%) dengan kategori baik. Berdasarkan hasil evaluasi yang didapatkan, penyuluhan dengan metode ceramah ini mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat lansia terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi dilihat dari rata-rata kenaikan nilai *pretest* dan *posttest* dari 49% (kategori kurang) menjadi 82% (kategori baik).

KATA KUNCI: Hipertensi; Pencegahan; Pengetahuan

ABSTRACT Hypertension is often referred to as a silent killer because symptoms do not appear early as a warning to its victims. The number of people with hypertension continues to increase every year, it is estimated that by 2025 there will be 1.5 billion people affected by hypertension. The prevalence of hypertension in Indonesia ranks third as a non-communicable disease that causes the most deaths. Pre-elderly (45-59 years) and elderly (60-70 years) are people who have high risk factors for hypertension, so it is necessary to conduct counseling on prevention and control of hypertension in the elderly so that they pay more attention to a healthy lifestyle so as not to cause hypertension which may be accompanied by hypertension. with other dangerous complications. This community service is aimed at the pre-elderly and elderly residents of Jaranan Kasihan District, Bantul Regency. This activity will be carried out using the lecture method and followed by interactive discussions with 40 participants. The stages of this activity are preparation, implementation, evaluation, and reporting. The preparatory stages consist of field observations, collection of materials, preparation of proposals, and preparation of materials. The stages of implementing the activities are *pretest*, lecture, and discussion. The evaluation stages include *posttest*, filling out questionnaires, and preparing reports. The results of the participants' *pretest*

scores were 26 participants (65%) had poor knowledge, 12 participants (30%) had sufficient knowledge, and only 2 participants (5%) had good knowledge regarding hypertension. The results of the posttest value of participants' knowledge related to hypertension increased as seen from no participants (0%) in the poor category, 18 participants (45%) in the sufficient category and 22 participants (55%) in the good category. Based on the evaluation results obtained, counseling with the lecture method was able to increase the knowledge of the elderly community regarding the prevention and control of hypertension seen from the average increase in pretest and posttest scores from 49% (poor category) to 82% (good category).

KEYWORDS: Hypertension; Prevention; Knowledge

1. Pendahuluan

Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan, diperoleh data survei prevalensi hipertensi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Bantul Tahun pada tahun 2020. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa penyakit hipertensi menduduki peringkat pertama berdasarkan kunjungan rawat jalan yang dilaporkan oleh Puskesmas di Bantul yakni sebanyak 83.932 kunjungan [1]. Selain itu, berdasarkan hasil survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, prevalensi hipertensi pada pra lansia yaitu sebesar 45,9%, lansia sebesar 57% dan lansia diatas 75 tahun yaitu 63,8%. Menurut hasil survei tersebut sebesar 59,8% penderita hipertensi tidak rutin minum obat karena merasa sudah sehat dan tidak menyadari diri sebagai penderita hipertensi, sehingga mereka cenderung akan menderita hipertensi yang lebih berat [2]. Faktor penyebab dari hal tersebut antara lain, kurangnya pengetahuan mengenai tanda gejala hipertensi dan kepatuhan minum obat [3].

Kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya pra lansia dan lansia terhadap penyakit hipertensi khususnya tentang faktor yang menyebabkan hipertensi dan cara mengontrol tekanan darah sehingga tidak terjadi hipertensi berulang [4]. Selain itu, terbatasnya pengetahuan bagi lansia dengan diagnosis hipertensi terkait obat hipertensi yang harus rutin dikonsumsi sesuai anjuran dokter [5]. Kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi sangat penting karena dengan minum obat antihipertensi secara teratur dapat mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dalam jangka panjang risiko kerusakan organ-organ seperti jantung, ginjal, dan otak dapat dikurangi [6].

Berdasarkan data kunjungan pada tahun 2018 dari Puskesmas Banguntapan III, kunjungan terbanyak nomor 1 adalah pasien hipertensi yaitu sebanyak 1.361 kunjungan. Kunjungan tersebut sebagian besar berasal dari Padukuhan Jaranan, Bantul [1]. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan dengan Kepala Dukuh di Dusun Jaranan, Bantul, Yogyakarta dimana hasil dari wawancara tersebut dapat menggambarkan kondisi minimnya pengetahuan warga khususnya pra lansia dan lansia terkait hipertensi dan penggunaan obat hipertensi. Selain itu, jarang diadakannya penyuluhan terkait kesehatan karena terhalang oleh pembatasan jarak akibat masa pandemi Covid-19. Oleh karena itu, dalam pengabdian ini menargetkan pra lansia dan lansia Dusun Jaranan, Bantul supaya lebih mengetahui pengendalian hipertensi dan memperhatikan pola hidup yang sehat agar tidak menimbulkan hipertensi yang mungkin disertai dengan komplikasi berbahaya lainnya

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di balai warga RT 03 Dusun Jaranan, Keluharan Panggunharjo, Bantul pada tanggal 5 Juni 2022. Peserta kegiatan ini adalah pra lansia dan lansia warga Dusun Jaranan yang berjumlah 40 peserta. Kegiatan ini dilakukan dalam 4 tahapan, diantaranya tahap persiapan (observasi lapangan, pengumpulan bahan, penyusunan proposal, dan persiapan materi), tahap pelaksanaan (*pretest*, ceramah, diskusi), tahap evaluasi

(*posttest* dan pengisian kuisisioner), tahap akhir (penyelesaian laporan). Media yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah brosur terkait informasi hipertensi.

Kegiatan observasi dilakukan dengan wawancara bersama Kepala Dukuh Jaranan. Hasil diskusi yang disepakati dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui ceramah dan diskusi interaktif serta pembagian brosur materi. Pada kegiatan ini, peserta diberikan lembar berisi daftar pertanyaan *pretest* sebelum diberikan penyuluhan. Hal ini dilakukan agar dapat diketahui tingkat pengetahuan peserta terkait hipertensi. Selanjutnya setelah mendapatkan penyuluhan dan melakukan diskusi, peserta akan dibagikan daftar pertanyaan *posttest* dan menuliskan saran untuk evaluasi kegiatan selanjutnya.

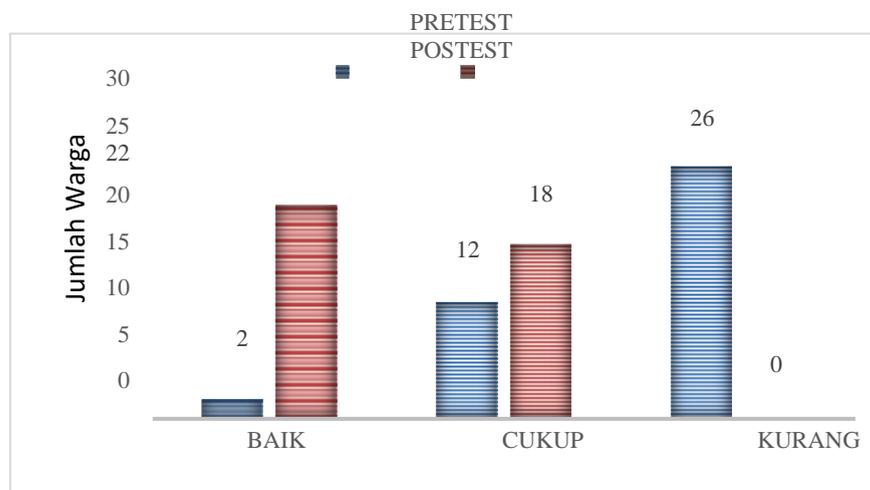
Pada penilaian hasil terdapat tiga kategori untuk menilai pengetahuan peserta mengenai hipertensi. Kategori tersebut diambil dari hasil *pretest* dan *posttest* peserta. Jumlah pertanyaan soal *pretest* dan *posttest* masing-masing adalah 7 pertanyaan. Penilaian pada kuesioner tersebut yaitu "Benar atau Salah". Cara mengukur pengetahuan dengan mengajukan pertanyaan kemudian mendapatkan skor 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban yang salah. Penilaian dilakukan dengan cara membandingkan jumlah skor yang diharapkan (tertinggi) kemudian dikalikan 100%. Tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga tingkatan berdasarkan nilai persentase dapat dilihat di Tabel 1 [7]

Tabel 1. Kategori Tingkat Pengetahuan

Kategori	Persentase
Baik	76-100%
Cukup	56-75%
Kurang	<56%

3. Hasil dan Pembahasan

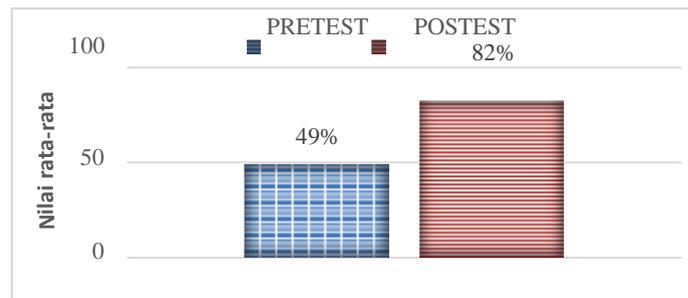
Data tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah intervensi atau pemberian materi dapat dilihat pada Gambar 1. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa 2 peserta (5%) yang memiliki pengetahuan yang baik, sedangkan 12 peserta (30%) dan 26 peserta (65%) masing-masing memiliki pengetahuan hipertensi yang cukup dan kurang



Gambar 1. Tingkat Pengetahuan Peserta tentang Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi

Setelah pemberian materi terdapat peningkatan tingkat pengetahuan peserta terkait hipertensi yang dapat dilihat dari nilai *posttest*. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa 22 peserta (55%) memiliki pengetahuan yang baik, 18 peserta (45%) memiliki pengetahuan yang cukup dan sejumlah 0 peserta (0%) memiliki pengetahuan yang kurang. Adanya peningkatan nilai *pretest* ini menunjukkan adanya efek atau pengaruh terhadap pemahaman peserta terhadap pencegahan dan pengendalian hipertensi.

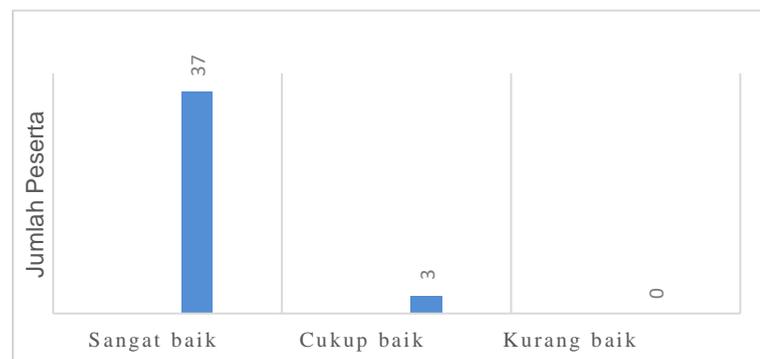
Adapun nilai rata-rata yang diperoleh peserta saat *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Nilai Rata-rata Pengetahuan Peserta tentang Hipertensi

Nilai rata-rata hasil *pretest* peserta adalah 49% sedangkan nilai rata-rata hasil *posttest* peserta setelah pemberian penyuluhan materi hipertensi adalah 82%. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya adalah informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal yang dapat menghasilkan perubahan ataupun peningkatan pengetahuan [8]. Kegiatan penyuluhan hipertensi ini merupakan pendidikan non formal yang menunjukkan adanya efek atau pengaruh pemahaman peserta terhadap hipertensi dilihat dari peningkatan nilai *pretest* dan *posttest*. Lansia yang memiliki pengetahuan yang baik terkait hipertensi dapat melakukan tindakan pencegahan dan pengendalian hipertensi dengan baik dan benar yakni tindakan pencegahan dengan tidak mengkonsumsi makan-makanan yang banyak mengandung garam secara berlebihan, stress, dan tidak mengkonsumsi minuman yang beralkohol dan tindakan pengendalian yakni patuh terhadap pengobatan hipertensi yang sedang dijalani [8],[9],[10].

Dalam kegiatan ini peserta sangat antusias mengikuti kegiatan, dilihat dari pertanyaan yang diajukan saat sesi diskusi banyak yang belum paham mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi yang peserta alami. Pertanyaan yang paling banyak muncul yakni terkait gejala, faktor risiko, penggunaan obat pada hipertensi, serta penyakit-penyakit yang mungkin muncul akibat dari hipertensi. Pada akhir acara kegiatan, lembar kritik dan saran disebarikan kepada peserta. Hasil evaluasi kegiatan bisa dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Evaluasi kegiatan penyuluhan pencegahan dan pengendalian hipertensi

Tanggapan peserta untuk kegiatan ini sebanyak 37 peserta (92,5%) dan 3 peserta (7,5%) menilai sangat baik dan cukup baik dalam pelaksanaannya. Saran yang diberikan untuk kegiatan ini adalah dalam pelaksanaannya bisa berkolaborasi dengan tenaga kesehatan lain yakni dokter yang dapat langsung memeriksa kondisi hipertensi peserta.

4. Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dengan tema pencegahan dan pengendalian hipertensi pada pra lansia dan lansia di Dusun Jaranan, Bantul, Yogyakarta mampu meningkatkan pengetahuan peserta terkait hipertensi dengan tingkat target ketercapaian pengetahuan sebesar 82%.

Pencapaian target ini diharapkan dapat mengubah kesadaran peserta agar lebih baik lagi dalam menjaga kesehatannya dengan memperhatikan pola hidup yang sehat agar tidak menimbulkan hipertensi yang mungkin disertai dengan komplikasi berbahaya lainnya.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada warga pra lansia dan lansia Dusun Jaranan, Bantul, Yogyakarta yang antusias dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan. Terima kasih pula kepada Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas dukungan pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- [1] Dinkes DIY, *Buku Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY, 2019.
- [2] Kementerian Kesehatan RI, *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018. [Online]. Available: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- [3] A. R. Tarigan, Z. Lubis, and S. Syarifah, "Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016," *J. Kesehat.*, vol. 11, no. 1, pp. 9–17, 2018, doi: 10.24252/kesehatan.v11i1.5107.
- [4] A. Palmer, *Simple Guides: Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga, 2012.
- [5] M. Dewi, I. P. Sari, and Probosuseno, "Pengaruh Konseling Farmasis terhadap Kepatuhan dan Kontrol Hipertensi Pasien Prolanis di Klinik Mitra Husada Kendal," *J. Farm. Klin. Indones.*, vol. 4, no. 4, pp. 242–249, 2015, doi: 10.15416/ijcp.2015.4.4.242.
- [6] Y. Nurmalsari, L. Mustofa, and M. Amin Pradana, "Tingkat kepatuhan minum obat pada penderita penyakit hipertensi di puskesmas Kedaung Wetan kota Tangerang bulan Juni-Juli tahun 2021," *J. Med. Surg. Concerns*, vol. 1, no. 1, pp. 59–64, 2021, doi: <https://doi.org/10.56922/msc.v1i1.93>.
- [7] S. Arikunto, *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- [8] D. I. Cahyadi, N. Hidayah, and M. Marwan, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi dalam Mengonsumsi Obat di Desa Klitik I Kecamatan Geneng Kabupaten Ngawi," *Cakra Med.*, vol. 8, no. 2, pp. 63–72, 2021, doi: 10.55313/ojs.v8i2.78.
- [9] B. Roesmono, Hamsah, and Irwan, "Hubungan Perilaku Mengontrol Tekanan Darah dengan Kejadian Hipertensi," *JIKP J. Ilm. Kesehat. Pencerah*, vol. 6, no. 2, pp. 70–75, 2017, [Online]. Available: <https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/94/77>
- [10] L. Marliani and Tantan, *100 Questions & Answers : Hipertensi*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017.