

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Pendidikan Kesehatan Dalam Pengembangan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Di Desa Tangkil Sukahati

Hairuddin K¹, Dian Meiliani Yulis², Radiah Ilham³, Rizki Andita Noviar⁴, Arnes Yuli Vandika⁵, Sri Ariyanti⁶

¹ Program Studi Pascasarjana Promosi Kesehatan, Universitas Megarezky Makassar

² Program Studi Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Megarezky

³ Program Studi Keperawatan, Universitas Andi Sudirman

⁴ Departemen Keperawatan Neurosains, RS Pusat Otak Nasional

⁵ Program Studi Informatika, Universitas Bandar Lampung

⁶ Program Studi Profesi Ners, Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

ABSTRACT

Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal, resulting in an increase in morbidity and mortality rates, systolic blood pressure of 140 mmHg indicates the phase of blood being pumped by the heart and diastolic phase of 90 mmHg indicates the phase of blood returning to the heart. The purpose of PkM is to obtain a general picture and identify the level of knowledge of the elderly about hypertension. The method used in PkM activities is health education in developing the knowledge of the elderly about hypertension. The results of community service are that there are still many elderly who lack knowledge about hypertension, amounting to 21 elderly (58.34%) and good knowledge, amounting to 15 elderly (41.66%). The conclusion of this activity is the importance of increasing knowledge about hypertension for the elderly in improving the health of the elderly. Support from both family and health workers is very much needed.

Keywords: Health Education, Development of Elderly Knowledge, Hypertension, Tangkil Sukahati Village

ABSTRAK

Hipertensi adalah keadaan seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal sehingga mengakibatkan peningkatan angka morbiditas maupun mortalitas, tekanan darah fase sistolik 140 mmHg menunjukkan fase darah yang sedang dipompa oleh jantung dan fase diastolik 90 mmHg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung. Tujuannya PkM adalah untuk memperoleh gambaran dan mengidentifikasi secara umum

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

tentang tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi. Metode yang digunakan kegiatan PkM adalah pendidikan kesehatan dalam pengembangan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Hasil pengabdian kepada masyarakat yaitu masih banyak lansia yang kurang mempunyai pengetahuan tentang hipertensi sebesar 21 lansia (58.34%) dan pengetahuan baik sebesar 15 lansia (41.66%). Kesimpulan dari kegiatan ini adalah Pentingnya peningkatan pengetahuan tentang Hipertensi bagi lansia dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia. Dukungan baik dari keluarga dan tenaga kesehatan sangat diperlukan sekali.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengembangan Pengetahuan Lansia, Hipertensi, Desa Tangkil Sukahati

*Korespondensi : Hairuddin K
*Email : hairuddinbine2@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Usia lanjut merupakan salah satu usia yang mendekati akhir siklus dalam kehidupan manusia di dunia. Berdasarkan UU Nomor 13 Tahun 1998 menyatakan bahwa, usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Pada masa ini, terjadi proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun luar tubuh. Sedikit demi sedikit seseorang akan mengalami kemunduran fisiologis, dan sosial, dimana perubahan ini akan berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan termasuk pada aspek kesehatan. Lansia dengan kemampuan yang terbatas, mereka akan lebih rentan terhadap penyakit. (BPS,2019 dalam Darma 2020).

Proses akhir dari perkembangan manusia ini ditandai berbagai perubahan degeneratif. Perubahan degeneratif akan menyebabkan sistem imun menurun, sehingga akan menyebabkan masalah kesehatan seperti masalah pada tulang, sendi, otot, gangguan saraf dan gangguan pada sistem kardio vaskuler. Salah satu masalah yang di hadapi lansia pada penurunan sistem kardiovaskuler adalah hipertensi. Secara umum seseorang mengalami hipertensi apabila

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

tekanan darahnya lebih dari 140 mmHg sistolik dan lebih dari 90 mmHg diastolic (Triyanto, 2014). Hipertensi pada lansia terjadi karena adanya penebalan pada dinding arteri yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah berangsur-angsur menjadi penyempitan dan menjadi kaku Anggraini dkk, 2009 dalam Novitaningtyas, (2014).

Faktor resiko Hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan jelantah, kebiasaan konsumsi minum-minuman beralkohol, obesitas, kurang aktifitas fisik, stres, penggunaan estrogen. Penatalaksanaannya dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan ataupun dengan cara modifikasi gaya hidup (membatasi asupan garam tidak lebih dari 6 gram/hari), menurunkan berat badan, menghindari minuman berkafein, rokok, dan minuman beralkohol, Olah raga, cukup istirahat (6-8 jam) dan mengendalikan stress (Pusdatin, 2014).

Klasifikasi Lanjut Usia yang dijadikan patokan untuk lansia berbeda-beda, umumnya berkisaran antara usia 60-65 tahun. Menurut World Health Organization (WHO) dalam Artinawati (2014), batasan usia ada empat tahapan yaitu: a. Usia pertengahan (middle age) usia 45-59 tahun b. Lanjut usia (elderly) usia 60-74 tahun c. Lanjut usia tua (old) usia 75-90 tahun. Lansia dengan penyakit hipertensi memiliki masalah besar pada kepatuhan minum obat, tingkat kepatuhan dapat dinilai dari perilaku pasien patuh minum obat setiap hari sesuai dengan dosis, frekuensi, waktu dan tetap membawa obat dimanapun pasien pergi Ardhiyanti (2015).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan dalam pengobatan terdiri dari usia, pemahaman tentang pengetahuan, tingkat ekonomi, dukungan tenaga kesehatan. Susanto dkk (2016). Dukungan yang bisa didapatkan oleh lansia seperti dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan, Radiani (2018). Dukungan informasional yang di dapatkan lansia akan menambah rasa percaya diri dan menambah motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepuasan hidup Niman dkk (2017).

Perlakuan yang buruk terhadap lansia membuat mereka cenderung mengembangkan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

konsep diri yang buruk sehingga dapat memperlihatkan bentuk perilaku yang buruk. Akibat dari perlakuan yang buruk itu membuat penyesuaian diri lansia menjadi buruk pula. Contoh : lansia yang tinggal bersama keluarga sering tidak dilibatkan untuk pengambilan keputusan karena dianggap pola pikirnya kuno, kondisi inilah yang menyebabkan lansia menarik diri dari lingkungan, cepat tersinggung dan bahkan memiliki harga diri yang rendah.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang yang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indera pengeliatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas juga pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang pendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, maka akan menimbulkan sikap positif terhadap objek tertentu. Menurut teori WHO (World Health Organization), salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri (Notoatmodjo, 2007).

II. METODE

Metode yang digunakan dengan pendidikan kesehatan dalam pengembangan pengetahuan lansia tentang hipertensi di desa tangkil sukahati. TIM Pengabdian kepada Masyarakat melakukan penyuluhan tentang hipertensi dengan sasaran lansia sebanyak populasi 36 lansia. PkM dilaksanakan pada tanggal 27 Juli 2024 di Desa Tangkil. Berdasarkan data yang didapatkan bahwa di daerah tersebut masih kurang perhatian terhadap lansia dalam peningkatan pengetahuan lansia dalam pemeriksaan lansia dan hipertensi.

Menurut Notoadmojo (2007) pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Pendidikan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan. Semakin tinggi pendidikan responden, diharapkan wawasan yang dimilikinya akan semakin luas sehingga pengetahuan akan meningkat, termasuk pengetahuan lansia tentang Hipertensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan pengetahuan tentang hipertensi setelah dilakukan penyuluhan tentang Hipertensi adalah :

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Lansia di Desa Tangkil

No	Pengetahuan	Jumlah	%
1	Baik	15	41.66
2	Kurang	21	58.34
	Total	36	100

Pada hasil tersebut masih banyak lansia yang kurang mempunyai pengetahuan tentang hipertensi sebesar 21 lansia (58.34%) dan pengetahuan baik sebesar 15 lansia (41.66%) Para lansia disana sebagian besar hanya mengetahui pemeriksaan lansia hanya sebatas diukur tekanan darah dan ditanya apa saja riwayat penyakit sebelumnya.

Menurut penelitian Agus Weriana (2015) bahwa tingkat pengetahuan dan perilaku dengan kontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi masih sangat rendah sehingga perlu adanya peningkatan pengetahuan lansia tentang pemeriksaan lansia dengan motivasi dari keluarga dan tenaga kesehatan lainnya.

Dari hasil diatas juga tidak terlepas dari kemampuan lansia dalam mengingat tentang hipertensi. Karena memang banyak responden sudah mendengarkan dengan baik, namun daya ingat yang menurun sebagai akibat proses menua, sehingga banyak lansia yang masih mempunyai pengetahuan yang kurang tentang hipertensi.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat :

1. Pentingnya peningkatan pengetahuan tentang Hipertensi bagi lansia dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia. Dukungan baik dari keluarga dan tenaga kesehatan sangat diperlukan sekali. Sehingga harapannya kesehatan lansia sangat perlu diperhatikan dan para lansia bisa dengan mudah mengetahui bahaya dan pencegahan akan hipertensi.
2. Salah satu faktor yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya hipertensi yaitu olahraga. Menurut peneliti kurangnya aktivitas fisik olahraga meningkatkan resiko tekanan darah tinggi karena bertambahnya resiko untuk menjadi gemuk. Orang-orang yang tidak aktif cenderung mempunyai detak jantung lebih cepat dan otot jantung mereka harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi, semakin keras dan sering jantung harus memompa semakin besar pula kekuatan yang mendesak arteri sehingga beresiko

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

- a) Bapak Kepala Desa Tangkil dan masyarakat yang sangat membantu dalam pelaksanaan kegiatan PkM.
- b) Bapak Kepala Puskesmas wilayah kerja Desa Tangkil dan jajarannya dalam membantu mensupport pelaksanaan kegiatan PkM.
- c) Bapak Pimpinan Institusi dan Kepala LPPM dalam memberikan izin dalam pelaksanaan kegiatan Tridarma Perguruan Tinggi.
- d) TIM PkM yang solid dan selalu kompak dalam pelaksanaan kegiatan PkM, sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik sesuai tujuan dan harapan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Artinawati, S. (2014). Asuhan keperawatan gerontik. Bogor In Media.
2. Angela, N., & Kurniasari, R. (2021). Efektivitas media poster dan podcast terhadap tingkat pengetahuan dasar hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Gizido*, 13(1 Mei), 7-14.
3. Cahyono. S. (2008). Gaya Hidup dan Penyakit Modren. Jakarta Kanisius.
4. Darma Putra (2020). Dukungan keluarga kepatuhan minum obat pada lansia hipertensi. Puskesmas III Denpasar Selatan. Skripsi: Itekes Bali.
5. Hairuddin K; Dian Meiliani Yulis; Rahmat Pannyiwi; Djusmadi Rasyid; (dkk), 2023. Promosi Kesehatan : Untuk Tenaga Kesehatan Di Puskesmas. ISBN: 978-623-09-5446-7. Penerbit Asosiasi Guru dan Dosen Seluruh Indonesia (AGDOSI). <https://agdosi.com/2023/09/05/promosi-kesehatan/>
6. Hairuddin K., Yulis, D. M., Sahalessy, Y., Tomasoa, J., Rumaseb, E., Said, A., & B, S. A. L. (2023). Factors Associated with the Incidence of Gastritis in Patients at Faisal Islamic Hospital Makassar. *International Journal of Health Sciences*, 1(2), 156–161. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i2.78>
7. Huda, B., Kumala, S., & Hasan, D. (2020). Analisis ketersediaan obat antihipertensi dan pengaruhnya terhadap pengobatan pasien hipertensi di Puskesmas Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Indonesia*.
8. Info Datin. (2019). Hipertensi si pembunuh senyap. Jakarta Selatan: Kemenkes RI.
9. Ibrahim, I. (2011). Asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Idea Nursing*.
10. Ilham, R., Suabey, S., Tondok, S. B., Halitopo, Y., Hanifah, A. N., & Rahmat, R. A. (2024). The Benefits Of Self-Healed Healing Each Up The Workload Of Officers Towards Reducing The Pain Scale Of Post-Operative Patients. *International Journal of Health Sciences*, 2(4), 1370–1380. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i4.552>

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Balitbang. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
12. Maryam. R. Siti. (2011). Mengenal usia lanjut dan peawatnya. Jakarta: Salemba Medika.
13. Manuntung, A. (2018). Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi. Malang : Winika Media.
14. Noviar, R. A., Zaenal, Z., Mainassy, M. C., Nawangwulan, K., Yusufik, Y., & Pannyiwi, R. (2024). Penyuluhan Kesehatan Dan Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner Dengan Pemeriksaan Rekam EKG (Elektrokardiogram) di Muara Angke Kel. Pluit, Kec. Penjarangan. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 51–58. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.514>
15. Notoatmojo, A. (2014). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku klien hipertensi di puskesmas bahu manado. *Jurnal Keperawatan*.
16. Oktaviari, N. L. E. (2020). Gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen hipertensi pada lansia penderita hipertensi primer. Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika.
17. Pusdatin Kemenkes, R. I. (2014). Hipertensi. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
18. Radiani, Z, F. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia yang mengalami hipertensi di wilayah kerja puskesmas Mandale Kabupaten Tangkep. Makasar Universitas Hasanuddin.
19. Vandika, A. Y., Noor, M. A., Ansar, A., Pannyiwi, R., Dunggio, A. R. S., & Saputra, M. K. F. (2024). Pendampingan dalam Simulasi dan Peningkatan Pengetahuan Siswa Siswi Tentang Patah Tulang. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 673–681. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i4.487>
20. Weriana, Agus. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Dengan Kontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Karanganyar Kecamatan Jatilawang, Purwokerto. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
21. Rudystina, Adinda. 2017. Berbagai Penyakit Yang Mulai Mengancam di Usia Tua.
22. Rasyid, djumadi, & Rante, A. (2022). Nyeri Sendi pada Lansia dan Cara Mengatasinya. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 21–26. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i1.12>
23. Susanti, R., Imran, A., Briliannita, A., Akbar, A., Yermi, Y., B, M., Pannyiwi, R., & Rasyid, D. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kecamatan Minasatene Kabupaten Pangkajene Kepulauan. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 92–98. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i3.70>