

PENINGKATAN PENGETAHUAN PENYAKIT TIDAK MENULAR: HIPERTENSI PADA LANSIA

INCREASING KNOWLEDGE OF NON-COMMUNICABLE DISEASE: HYPERTENSION IN ELDERLY

Irwina Angelia Silvanasari, Nurul Maurida, Trisna Vitaliati
Universitas dr. Soebandi

Email: irwina.angelia@gmail.com, nurul.maurida@gmail.com, trisnavital7@gmail.com

ABSTRAK

Prevalensi hipertensi terus mengalami peningkatan akibat dari adanya penuaan populasi. Pemahaman yang baik tentang hipertensi pada lansia sangat diperlukan agar lansia mampu mengendalikan penyakit hipertensi yang diderita. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Metode yang dilakukan dalam pemberian pendidikan kesehatan ini yaitu ceramah dan diskusi. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah lansia dengan hipertensi di Balai Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember sebanyak 20 orang lansia. Media yang digunakan berupa leaflet terkait hipertensi. Hasil dari kegiatan ini adalah ada peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi, sebanyak 80% lansia memiliki pengetahuan baik dan 20% lansia memiliki pengetahuan cukup tentang hipertensi. Adanya pengetahuan yang baik tentang hipertensi pada lansia diharapkan mampu meningkatkan kemampuan lansia dalam mengendalikan hipertensi yang diderita dan pada akhirnya mampu meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci : hipertensi, lansia, pendidikan kesehatan

ABSTRACT

The prevalence of hypertension continues to increase due to the aging population. A good understanding of hypertension in the elderly is needed so that the elderly are able to control their hypertension. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of the elderly about hypertension. The methods used in providing health education are lectures and discussions. The target of this community service is the elderly with hypertension at the Wonojati Village Hall, Jenggawah District, Jember Regency as many as 20 elderly people. The media used were leaflets related to hypertension. The result of this activity is that there is an increase in the knowledge of the elderly about hypertension, as many as 80% of the elderly have good knowledge and 20% of the elderly have sufficient knowledge about hypertension. The existence of good knowledge about hypertension in the elderly is expected to be able to improve the ability of the elderly to control hypertension suffered and in the end be able to improve the quality of life of the elderly.

Keywords : hypertension, elderly, health education

PENDAHULUAN

Prevalensi hipertensi terus mengalami peningkatan akibat dari adanya penuaan populasi, terutama peningkatan populasi di atas 80 tahun yang telah berkembang selama 40 tahun terakhir (Benetos et al., 2019). Indonesia, termasuk dalam negara berkembang, yang memiliki peningkatan usia harapan hidup. Indonesia juga termasuk dalam negara yang memiliki jumlah lansia terbanyak di dunia. Jumlah lansia yang meningkat tentunya harus ditangani dengan memperhatikan kebutuhan lansia (Silvanasari, 2012). Lansia juga termasuk dalam kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan. Penurunan fungsi terjadi

seiring dengan adanya penambahan usia. Salah satu fungsi yang mengalami penurunan adalah fungsi fisiologis. Penurunan fungsi tersebut memunculkan penyakit menular dan penyakit tidak menular (Sari et al., 2020).

Penyakit tidak menular yang dialami lansia antara lain hipertensi, artritis, stroke, dan diabetes mellitus. Penyakit tidak menular, dalam hal ini berupa penyakit kardiovaskuler, menjadi penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya, yang salah satunya adalah hipertensi. Penyakit hipertensi menempati urutan pertama dalam masalah kesehatan bagi lansia. Lansia yang mengalami hipertensi, dalam data

Infodatin Lansia 2016, didapatkan bahwa pada usia 55-64 tahun sebanyak 45,9%, usia 65-74 tahun sebanyak 57,6%, dan usia diatas 75 tahun sebanyak 63,8% (Sari et al., 2020).

Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat kedua yakni 10,4% terkait angka kejadian hipertensi pada lansia. Sebanyak 52,5% prevalensi hipertensi juga terjadi pada lansia yang berusia sekitar 55-85 tahun (Lindayani et al., 2018). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember Tahun 2018, angka kejadian hipertensi dari tahun 2014-2017 merupakan angka yang paling tinggi pada penyakit tidak menular dan menjadi prioritas utama untuk segera ditangani (Putri et al., 2019). Salah satu kecamatan dengan prevalensi hipertensi yang tinggi di Kabupaten Jember adalah Kecamatan Jenggawah. Studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah pada Januari 2022 didapatkan bahwa sebanyak 392 lansia yang menderita hipertensi terdiri dari 206 lansia laki-laki dan 186 lansia perempuan. Wawancara yang dilakukan pada sebagian lansia didapatkan hasil bahwa lansia kurang memahami penatalaksanaan bagi penderita hipertensi. Lansia dengan hipertensi biasanya jika mengalami pusing akan langsung meminum obat anti hipertensi yang biasa dikonsumsi. Lansia mengatakan jarang melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Lansia hanya melakukan pemeriksaan jika ada keluhan terkait kondisi kesehatannya.

Tekanan darah tinggi dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu usia, obesitas, merokok, ataupun stress. Hipertensi yang terjadi dalam waktu yang lama dan terus menerus dapat menyebabkan masalah kesehatan lainnya seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Sari et al., 2020). Dampak negatif dari penyakit hipertensi pada lansia dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia (Lindayani et al., 2018).

Pencegahan dan penatalaksanaan yang tepat untuk hipertensi pada lansia sangat penting. Ada dua penanganan yang dapat diberikan yakni secara farmakologi dan nonfarmakologi. Dalam memaksimalkan kedua jenis penanganan tersebut, tentunya perlu

diawali dengan pemahaman yang baik tentang hipertensi pada agregat lansia. Berdasarkan uraian tersebut, maka kami tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Agregat Lansia Kecamatan Jenggawah tersebut dengan tema “Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular: Hipertensi pada Lansia.”

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Rabu, 23 Maret 2022 di Balai Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember. Lansia yang hadir merupakan lansia dengan hipertensi dari empat dusun yang ada di Desa Wonojati, yaitu yang bertempat tinggal di Dusun Bringin Lawang, Dusun Wetan Gunung, Dusun Krajan, dan Dusun Pondoklallang sebanyak 20 lansia. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa ceramah dan diskusi. Media yang digunakan adalah leaflet. Lansia diminta mengisi daftar hadir, mengukur tekanan darah, dan mengisi kuesioner pre-test sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan. Lansia juga diminta untuk mengisi kuesioner post test setelah mendapatkan pendidikan kesehatan terkait hipertensi pada lansia. Pemateri memberikan pengetahuan terkait pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan monitoring dilakukan dengan melihat adanya interaksi antara peserta dengan pemateri serta antusiasme peserta saat materi diberikan. Evaluasi dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan lansia terkait materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Peserta pengabdian masyarakat adalah lansia dengan hipertensi di Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember. Hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular: Hipertensi pada Lansia mendapatkan data yaitu:

Tabel 1 Pengetahuan Lansia Sebelum dan Sesudah Implementasi Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Tidak Menular: Hipertensi

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	3	15	16	80
Cukup	13	65	4	20
Kurang	4	20	0	0
Total	20	100	20	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan hanya sebesar 15 % lansia yang memiliki pengetahuan baik dan ada peningkatan pengetahuan baik menjadi sebesar 80% lansia setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan tentang hipertensi. Tabel 1 juga menunjukkan ada penurunan pengetahuan kurang menjadi 0% setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan tentang hipertensi.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada lansia dengan hipertensi di Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember berjalan dengan baik dan lancar. Pemateri memberikan pengetahuan terkait pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Materi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh lansia. Lansia sangat antusias dan aktif dalam sesi diskusi. Lansia banyak bertanya terutama terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi yang diderita. Pemahaman lansia dapat diketahui dengan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan tersebut dilakukan. Hasil evaluasi akhir kegiatan didapatkan sebanyak 80% lansia memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi dan 20% lansia memiliki pengetahuan cukup tentang hipertensi.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak terlepas dari dukungan mitra kerjasama, dalam hal ini adalah pihak pemerintahan Desa Wonojati yang mendukung dan membantu dalam menyiapkan segala

fasilitas yang diperlukan. Faktor penghambat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kurangnya motivasi dari beberapa lansia yang tidak hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil dari kegiatan tersebut adalah lansia paham tentang hipertensi yang diderita sehingga harapannya mereka mampu untuk mengendalikan penyakit hipertensi yang diderita, dan pada akhirnya mampu meningkatkan kualitas hidup lansia.

KESIMPULAN

Ada peningkatan pengetahuan penyakit tidak menular: hipertensi pada lansia. Hasil evaluasi akhir kegiatan didapatkan sebanyak 80% lansia memiliki pengetahuan baik dan 20% lansia memiliki pengetahuan cukup tentang hipertensi. Lansia memahami terkait pengertian, penyebab, tanda gejala, komplikasi, pencegahan, dan pengendalian hipertensi dengan baik. Adanya pemahaman yang baik tentang hipertensi pada lansia diharapkan mampu meningkatkan kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Benetos, A., Petrovic, M., & Strandberg, T. (2019). Hypertension Management in Older and Frail Older Patients. *Circulation Research*, 124(7), 1045–1060. [https://doi.org/Volume 124, Issue 7, 29 March 2019; Pages 1045-1060 https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.118.313236](https://doi.org/Volume%20124,Issue%207,29March2019;Pages1045-1060https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.118.313236)
- Lindayani, A., Urifah, S., & Suwandi, E. W. (2018). Gambaran Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Cukir Jombang. *Jurnal Edunursing*, 2(2), 63–69. <https://journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/1424>
- Putri, N. G., Herawati, Y. T., & Ramani, A. (2019). Peramalan Jumlah Kasus Penyakit Hipertensi Di Kabupaten Jember Dengan Metode Time Series. *Journal of Health Science and Prevention*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i1.161>
- Sari, N. W., Margiyati, & Rahmanti, A. (2020). Efektifitas Metode Self-Help Group (SHG) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*,

03, 7. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/240/94>

Silvanasari, I. A. (2012). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur yang Buruk pada Lansia*. Universitas Jember.