

PENYULUHAN HIPERTENSI PADA KELUARGA NY. N DI KELURAHAN KARUWISI KOTA MAKASSAR

Suarni¹⁾, Suhesti Salim²⁾

¹Prodi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar
Email: suarniarni42@gmail.com

²Prodi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar
Email: suhestisalim@gmail.com

ABSTRAK :

Hipertensi adalah penyakit kronis yang umum di seluruh dunia dan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Penyebab utama penyakit ini yaitu faktor genetika, perilaku dan gaya hidup. Kesadaran yang rendah pada penanganan hipertensi menjadi penyebab utama dalam terjadinya komplikasi *stroke*. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam mencegah komplikasi hipertensi. Peserta dalam kegiatan ini adalah lansia penderita hipertensi sebanyak 1 orang beserta 3 orang anaknya. Metode dalam kegiatan ini yaitu penyuluhan, ceramah dan diskusi. Keberhasilan acara ini tampak dari semangat dan antusiasnya lansia dan keluarga. Lansia juga berperan sangat aktif dalam menjawab evaluasi tentang materi yang telah disampaikan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian terlaksana dengan lancar dan terjadi peningkatan pengetahuan lansia dan keluarga dari 37,6% menjadi 100,0%.

Kata Kunci : *lansia; hipertensi; komplikasi hipertensi.*

A. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan faktor risiko penting untuk penyakit neurologis. Hipertensi kronis merupakan faktor risiko utama untuk semua sub tipe *stroke*, termasuk *stroke* iskemik, perdarahan intraserebral, dan perdarahan subarachnoid. hipertensi telah menjadi faktor risiko utama utama untuk penyakit kronis dan kematian. WHO merekomendasikan pentingnya pelayanan kesehatan primer dalam memerangi hipertensi dan tenaga kesehatan, terutama perawat, harus berperan dalam menciptakan kesadaran di antara anggota masyarakat dan mereka harus berperan aktif dalam menyelenggarakan pendidikan Kesehatan tentang faktor risiko (Kilic et al., 2016). kejadian hipertensi akan bertambah dengan bertambahnya umur seseorang. Pada usia 25 sampai 44 tahun kejadian hipertensi mencapai 29%, pada usia 45 sampai 64 tahun mencapai 51%, dan pada usia lebih 65 tahun mencapai 65%. (Warjiman et al., 2020).

Meningkatnya kejadian penyakit darah tinggi mengakibatkan jumlah kematian serta terjadinya resiko komplikasi akan semakin bertambah setiap tahunnya. Penyebab keadaan ini karena hipertensi angka kejadiannya masih

sangat tinggi di wilayah yang berpenghasilan rendah dan terjadi pada usia lanjut. diperlukan solusi terbaik untuk mengatasi hipertensi. solusi diharapkan dapat menurunkan angka kejadian hipertensi, menurunkan resiko terjadinya komplikasi, dan mengurangi resiko terhadap penyakit bagian kardiovaskuler (E Suprayitno & Wahid, 2019).

Di Asia Tenggara hampir 1,5 juta jiwa meninggal disebabkan oleh menderita hipertensi tiap tahun, kondisi ini menjadikan darah tinggi menjadi faktor tertinggi penyebab kematian. Peningkatan jumlah orang dewasa di Indonesia dengan hipertensi mencapai 8% pada tahun 1995 dan meningkat mencapai 32% tahun 2008 (WHO, 2013). Riset Kesehatan Dasar 2013 menyebutkan kejadian hipertensi di Indonesia melalui pada rentang usia ≥ 18 tahun terbanyak terdapat pada Bangka Belitung (30,9%), kemudian Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Sebagian besar lansia di Desa Karanganyar berada pada Klasifikasi Hipertensi Derajat I (tekanan darah 140-159 mmHg) dengan rata-rata usia 56-60 tahun (Suprayitno, 2019). Kemenkes RI (2014) menyatakan bahwa mencegah dan mengatasi masalah hipertensi di Indonesia harus dimulai dengan menambah tingkat kesadaran masyarakat dalam membuat perubahan kebiasaan hidup yang lebih sehat. Demi mewujudkan hal tersebut, maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk Skrining dan Penyuluhan tentang Hipertensi (Warjiman et al., 2020).

Penderita hipertensi mayoritas mempunyai keluhan bergantung pada anda dan gejala yang dirasakan pada saat itu tanpa peduli terhadap penanganan yang lebih intensif dan tepat. Kondisi ini dapat diakibatkan karena kurangnya pengetahuan masyarakat pada penyakit hipertensi serta penanganan yang baik dan tepat secara rutin (Alfian, 2015). Rekomendasi dalam mengatasi hipertensi sebisa mungkin diaaalksanakan dengan maksimal oleh penderita hipertensi dan tim kesehatan melalui tindakan farmakologis dan non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah. Rekomendasi untuk self management hipertensi menurut The European Society of Hypertension meliputi modifikasi gaya hidup dan terapi pengobatan. penatalaksanaan non farmakologis dalam mengurangi kejadian hipertensi dapat dilaksanakan dengan memodifikasi gaya hidup. Ragot et. al., (2005) berpendapat jikabahwa penderita hipertensi yang memodifikasi gaya

hidup dalam mengontrol tekanan darahnya terdapat hanya sebanyak 30% dari seluruh penderita hipertensi. Seseorang yang menderita penyakit kardiovaskuler diharapkan untuk melakukan perawatan terhadap dirinya sendiri sebagai salah satu penanganan penyakit untuk meningkatkan kualitas hidup (Richard & Shea, 2011).

Modifikasi gaya hidup juga mengharuskan pasien untuk dapat membaca label makanan dan memilih makanan sehat. Literasi kesehatan adalah kemampuan membaca, menulis, dan memahami informasi yang berkaitan dengan kesehatan - dalam hal ini khususnya informasi yang berkaitan dengan manajemen dan pengendalian hipertensi. (Mafutha et al., 2017). Rekomendasi manajemen hipertensi menurut Canadian Hypertension Education Program (2014) yaitu: modifikasi perilaku hidup sehat, kurangi berat badan, kurangi konsumsi alkohol, manajemen diet, pembatasan sodium, diet kalsium dan magnesium, dan menghindari stress (Widimský, 2016), (Taghadosi, 2017). Manajemen diri hipertensi diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tpada penyakit hipertensi, memperbaiki sikap dan kepatuhan pengobatan penyakitnya. Semuanya bisa diterapkan dengan cara pemberian edukasi pada penderita hipertensi yang bertujuan mengurangi tekanan darah dan faktor-faktor resiko terjadinya hipertensi. (Fernalia et al., 2019). Agar lansia penderita hipertensi peduli kesehatan tentang hipertensi, tenaga kesehatan perlu membekali mereka dengan penyuluhan kesehatan hipertensi dan menjelaskan tentang hipertensi, penatalaksanaan dan prognosisnya Suprayitno et al., 2020). Setelah itu, pasien memiliki tanggung jawab untuk memahami dan mengikuti rejimen penatalaksanaan hipertensi sesuai dengan resep mereka untuk manajemen sukses dan pengendalian hipertensi.(Nutbeam, 2000). Tujuan Kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia penderita hipertensi untuk mencegah komplikasi *stroke*. Kegiatan ini tidak hanya melibatkan pasien tapi juga keluarga pasien dengan tujuan keluarga bisa mendapatkan pengetahuan tentang hipertensi dan bagaimna cara merawat anggota keluarga dengan hipertensi.

B. METODE

A. Rancangan Kegiatan

- 1) Menentukan dan menetapkan jadwal kegiatan

2) Menyiapkan alat dan bahan penyuluhan

B. Pelaksanaan Kegiatan

- 1) Pemberian pre kuesioner
- 2) Pemberian materi tentang hipertensi secara langsung
- 3) Pembagian post kuesioner

C. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dengan memberikan kuesioner kepada lansia dan keluarga untuk mengetahui tingkat pengetahuan setelah diberikan penyuluhan hipertensi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Pengetahuan Tentang Hipertensi 2020

NO.	MASALAH	PRE TEST	POST TEST
1.	Pengetahuan tentang hipertensi	37,6%	100,0%

Sumber : Data primer

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia penderita hipertensi untuk mencegah komplikasi *stroke*. Penyuluhan ini dilaksanakan di rumah keluarga mahasiswa pada tanggal 17 oktober 2020.



Evaluasi Kegiatan

Berdasarkan tabel 1 tentang tingkat pengetahuan lansia dan keluarga tentang hipertensi yang hasilnya menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan tingkat pengetahuan lansia dan keluarga adalah 37,6% dan ada peningkatan pengetahuan setelah di lakukan penyuluhan sebesar 100,0%.

D. KESIMPULAN

Ada peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan hipertensi yaitu dari (37,6%) menjadi (100%).

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada dosen pembimbing kami Ns. Suarni, S.Kep., M.Kep., dan kepada keluarga mahasiswa yang telah berpartisipasi.

F. REFERENSI

- Alfian, S. &. (2015). *Perbaikan Perilaku Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rsud Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin Setelah Pemberian Leaflet Edukasi Hipertensi Dan Terapinya*. 1(2), 140–144.
- Fernalia, F., Busjra, B., & Jumaiyah, W. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual terhadap Self Management pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 221–233.
- Kilic, M., Uzunçakmak, T., & Ede, H. (2016). The effect of knowledge about hypertension on the control of high blood pressure. *International Journal of the Cardiovascular Academy*, 2(1), 27–32.
- Mafutha, N. G., Mogotlane, S., & de Swardt, H.(2017). Development of a hypertension health literacy assessment tool for use in primary healthcare clinics in South Africa. Gauteng. *African Journal of Primary Health Care and Family Medicine*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.4102/phcfm.v9i1.1305>
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267. <https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>
- Organization, W. H. (2013). High blood Pressure: global and regional overview. *World Health Day*.
- Suprayitno, E, & Wahid, A. (2019). Pendampingan Tentang Penyakit Hipertensi Dan Perawatan Keluarga Dengan Hipertensi. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian* 104–106. <http://proceeding.uim.ac.id/index.php/senas/article/view/299>
- Suprayitno, E, Purnomo, J. D. T., Sutikno, S., & Indriyani, R. (2020). Health education in principle of community affected teenager's smoking attitude and habitual in the coastal area of madura island indonesia. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(10), 1492–1502. https://doi.org/10.37200/IJPR/V24I10/PR3_00173
- Suprayitno, E. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20–24. <https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.799>
- Taghadosi, M. (2017). *The Effect of Education Based on BASNEF Model on Lifestyle in Patients with Hypertension*. 19(11). <https://doi.org/10.5812/ircmj.40731>
- Warjiman, Er, U. E., Yohana, G., Hapsari, & Dwi, F. (2020). Skrining dan edukasi penderita hipertensi. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 2(1), 15–26.
- Widimský, J. (2016). The role of arterial hypertension in the primary prevention of stroke. *Cor et Vasa*, 58(2), e279–e286.