

Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Pendidikan Kesehatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Karanggayam Desa Sitimulyo Kapanewon Piyungan Kabupaten Bantul

Ayu Putri Purwandini^{1*}, Kalvari Silamma², Ronnie Agus L.³, Lusi Widyanita P.⁴, Made Sagita P.⁵, Senawat Aldi N.⁶, Ayu Nita⁷, Orance Debora B.⁸, Dhiya Zhafira⁹, Paskalina Samkakai¹⁰, Wahyu Okto R.¹¹, Felisitas G. Ngongo¹², Adi Sucipto¹³

^{1*}Universitas Respati Yogyakarta, 19130035@respati.ac.id,

² Universitas Respati Yogyakarta ,19110041@respati.ac.id,

³ Universitas Respati Yogyakarta ,19130031@respati.ac.id,

⁴ Universitas Respati Yogyakarta 19120098@respati.ac.id,

⁵ Universitas Respati Yogyakarta 19130108@respati.ac.id,

⁶ Universitas Respati Yogyakarta 19110031@respati.ac.id,

⁷ Universitas Respati Yogyakarta 19120035@respati.ac.id,

⁸ Universitas Respati Yogyakarta 19130063@respati.ac.id,

⁹ Universitas Respati Yogyakarta 19120114@respati.ac.id,

¹⁰ Universitas Respati Yogyakarta 19120048@respati.ac.id,

¹¹ Universitas Respati Yogyakarta 19210004@respati.ac.id,

¹² Universitas Respati Yogyakarta 18310002@respati.ac.id,

¹³ Universitas Respati Yogyakarta adisucipto@respati.ac.id

*Penulis Korespondensi

ABSTRAK

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Berdasarkan analisis situasi setelah dilakukan observasi di Dusun Karanggayam, terdapat beberapa masalah yang dijumpai salah satunya terkait dengan penyakit Hipertensi. Sebagian besar lansia di Dusun Karanggayam belum memahami mengenai hipertensi. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program ini adalah observasi, wawancara, pemeriksaan tekanan darah dan pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi. Hasil yang didapatkan setelah dilaksanakan program ini adalah sebgain besar lanisa mengalami hipertensi (71%) para lansia di Dusun Karanggayam mengetahui tentang penyakit yang dideritanya yaitu Hipertensi, para lansia juga mengetahui penyebab dari penyakitnya, tanda dan gejala apa saja yang dialami dan juga pencegahan apa saja yang dapat dilakukan untuk menghindari hipertensi.

Katakunci: Hipertensi; Pemeriksaan Tekanan Darah; Pendidikan Kesehatan

ABSTRACT

Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest/quiet. Based on the situation analysis after observing in Karanggayam Hamlet, there were several problems encountered, one of which was related to hypertension. Most of the elderly in Karanggayam Hamlet do not understand hypertension. The methods used in implementing this program are observation, interviews, blood pressure checks and health education about hypertension. The results obtained after implementing this program were that most of the elderly had hypertension (71%) of the elderly in Karanggayam Hamlet knew about their disease, namely hypertension, the elderly also knew the causes of their disease, what signs and symptoms they experienced and also what prevention What can be done to prevent hypertension.

Keywords: Hypertension; Blood Pressure Examination; Health Education

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah kegiatan intrakulikuler yang memadukan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode pemberian pengalaman belajar dan bekerja pada mahasiswa melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat. Salah satu kegiatan yang bisa menambah daya kritis dan pengalaman mahasiswa dalam bentuk nyata yaitu dengan melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata. KKN merupakan suatu bentuk pendidikan dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup ditengah-tengah masyarakat dan di luar kampus, untuk mengidentifikasi serta menangani masalah-masalah yang dihadapi oleh masyarakat secara langsung. (1).

Salah satu masalah yang sering dialami pada masyarakat adalah masalah kesehatan, salah satunya adalah penyakit hipertensi pada lansia yang berusia lanjut. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang 7 kali lebih besar terkena stroke, 6 kali lebih besar terkena penyakit jantung kongestif, dan 3 kali lebih besar terkena serangan jantung. (2).

Sebanyak 1,13 miliar orang di seluruh dunia diperkirakan menderita hipertensi, yang sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. (3). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular di Indonesia yang mengalami kenaikan prevalensi dari 25,8% di Tahun 2013, menjadi 34,1% di Tahun 2018. Kejadian hipertensi di Indonesia diketahui lebih tinggi pada wilayah perkotaan (34,43%), dibandingkan di wilayah perdesaan (33,72%). (4).

Salah satu daerah yang menjadi tujuan KKN adalah Dusun Karanggayam Desa Sitimulyo di Kecamatan Piyungan Kabupaten Bantul Provinsi Daerah Istimewah Yogyakarta. Dusun Karanggayam merupakan ibu kota Desa Sitimulyo karena letaknya berada dalam kawasan Kelurahan Sitimulyo. Jumlah penduduk Dusun Karanggayam saat ini terdiri dari jumlah laki-laki sebanyak 840 jiwa dan jumlah perempuan sebanyak 794 jiwa jadi total jumlah kependudukan sebanyak 1634 yang mana terbagi dalam 7 RT dengan batas-batas wilayah sebagai berikut: Disebelah Utara adalah Dusun Pagergunung & Nganyang, disebelah Timur adalah Dusun Monggang, disebelah Selatan adalah Dusun Nglengis, disebelah Barat adalah Dusun Kradenan. (5).

Potensi mengandung makna dari sebuah kekuatan, kemampuan dan daya, baik yang belum terwujud maupun yang sudah terwujud tetapi belum secara optimal. Berdasarkan definisi diatas, maka potensi desa dapat diartikan sebagai kemampuan, kekuatan atau sumber daya (fisik maupun non fisik) yang dimiliki suatu daerah namun belum digunakan secara maksimal dan terbingkai dalam suatu kesatuan masyarakat hukum, berdasarkan pada adat istiadat dan tradisi daerah setempat dalam mengatur daerahnya sendiri. (6).

Potensi dusun Karanggayam terdiri dari:

1. Sumber Daya Alam (Sumber daya alam yang dimiliki di dusun karanggayam adalah lahan kosong, sungai, persawahan dan hutan)
2. Sumber Daya Manusia (Potensi yang dimiliki dusun karanggayam adalah tenaga, kader kesehatan, kader kebersihan, kader keamanan, dan tersedianya SDM yang memadai dilihat dari tingkat pendidikan di atas rata-rata adalah SMP/SMA dan STikes Madani)
3. Sumber Daya Sosial (Potensi sumber daya sosial yang dimiliki Dusun Karanggayam adalah banyaknya lembaga-lembaga yang ada di masyarakat seperti Tribina kemudian dibagi menjadi tiga kategori yaitu ada Bina balita, Bina remaja dan Bina lansia, dan ada juga posyandu balita posyandu lansia dan posyandu pembantu.)

4. Sumber Daya Ekonomi (Potensi sumber daya ekonomi yang dimiliki Dusun Karanggayam adalah adanya lahan-lahan pertanian, maupun peralatan kerja seperti peternakan, beberapa UMKM (Usaha Mikro Kecil Menengah) yang ada seperti usaha telur asin, usaha cake, peternakan ikan nila, pertanian masyarakat dan membuat)

Dusun Karanggayam juga memiliki unsur seni yang biasa diselenggarakan seperti ketoprak, karawitan, dan gedruk. Setiap malam rabu dilaksanakan pelatihan ketoprak, malam sabtu dilaksanakan pelatihan karawitan yang diikuti oleh ibu-ibu Dusun Karanggayam. Sedangkan gedruk diikuti oleh para muda-mudi Dusun Karanggayam, kesenian lainnya seperti jathilan atau dikenal juga dengan nama kuda lumping ada juga alat musik yang biasa dimainkan oleh pemuda karanggayam seperti Gamelan dan di perayaan tertentu dapat dipentaskan.

2. PERMASALAHAN MITRA

Berdasarkan analisis situasi setelah dilakukan observasi di Dusun Karanggayam, maka terdapat beberapa masalah yang dijumpai salah satunya terkait dengan penyandang penyakit Hipertensi. Setelah dilakukan observasi di Dusun Karanggayam Desa Sitimulyo selama 1 minggu untuk melaksanakan program berupa Pemeriksaan dan Penkes tentang Hipertensi bagi lansia, didapatkan hasil masih banyaknya lansia di Dusun Karanggayam yang mengalami hipertensi dan belum memahami tentang apa itu hipertensi.

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (4). Lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang. Salah satu penyakit degeneratif pada lansia yang sering timbul tanpa gejala adalah hipertensi. (7).

Diketahui bahwa Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah dengan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak apabila tidak dilakukan pengobatan secara dini.(8)

Dari hasil observasi yang sudah dilakukan di Dusun Karanggayam didapatkan hasil masih banyaknya lansia penderita hipertensi. Hampir semua lansia yang ada di Dusun Karanggayam mulai dari RT 1 sampai RT 7 menderita penyakit hipertensi. Tingkat pengetahuan lansia di Dusun Karanggayam mengenai hipertensi tergolong masih sangat minim. Setelah dilakukan wawancara dapat disimpulkan bahwa sebagian besar lansia di Dusun Karanggayam masih belum mengetahui tentang penyakit yang dideritanya. Mulai dari apa itu hipertensi, apa yang menyebabkan hipertensi, pencegahan apa yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi, dan komplikasi apa saja yang dapat disebabkan oleh hipertensi.

Persoalan yang dihadapi oleh para lansia di Dusun Karanggayam termasuk kedalam kategori beresiko. Rendahnya pengetahuan para lansia mengenai Hipertensi perlu diselesaikan dengan mengupayakan berbagai cara untuk mengatasinya. Karena jika tidak diselesaikan maka dapat mempengaruhi kualitas hidup yang dialami oleh para lansia di Dusun Karanggayam.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Dusun Karanggayam Desa Sitimulyo Kapanewon Piyungan Kabupaten Bantul dilakukan pada tanggal 2 Juli 2022. Sistem pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan program ini adalah dengan menggunakan metode observasi dan

wawancara. (9). Pelaksanaan program dilakukan dengan cara *door to door* atau dengan cara mengunjungi setiap rumah lansia yang dijadikan sampel. Jumlah sampel yang diambil adalah sebanyak 7 lansia dengan latar belakang usia di atas 60 tahun sehingga memiliki resiko menderita hipertensi. Alternatif pemecahan masalah dilakukan dengan kegiatan yang meliputi: pengukuran tekanan darah untuk mendeteksi adanya hipertensi, memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi seperti definisi dari hipertensi, faktor penyebab hipertensi, tanda gejala hipertensi, cara pencegahan dan penanganan hipertensi dengan menggunakan media *leaflet*; komplikasi apa saja yang dapat terjadi akibat hipertensi, mengajarkan cara membuat jus apel dan seledri, jus buah belimbing dan mentimun, jus mentimun dan seledri untuk menurunkan hipertensi.

4. HASIL dan PEMBAHASAN

Proses kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh mahasiswa dengan melalui beberapa tahap yang dibantu oleh kader lansia. Setelah dilakukan observasi di Dusun Karanggayam Desa Sitimulyo selama 1 minggu oleh mahasiswa KKN yang melaksanakan program Pemeriksaan dan Penkes tentang Hipertensi bagi lansia, didapatkan hasil masih banyaknya lansia di Dusun Karanggayam yang mengalami hipertensi dan belum memahami tentang apa itu hipertensi. Dari banyaknya jumlah lansia di Dusun Karanggayam kami mengambil 7 sampel lansia untuk kami periksa dan kami berikan pendidikan kesehatan terkait dengan hipertensi untuk menunjang berjalannya program yang dilakukan.

Pendidikan kesehatan tentang hipertensi sangat penting bagi lansia untuk meningkatkan kesehatan serta mencegah terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan akibat hipertensi. Upaya yang dilakukan tim untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi. Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan agar mereka mau dan dapat menjaga serta meningkatkan kesehatannya masing-masing.(10)

Pemeriksaan dan pemberian pendidikan kesehatan kepada ketujuh lansia di Dusun Karanggayam dilakukan pada tanggal 2 Juli 2022 dengan cara *door to door* atau dengan cara mengunjungi setiap rumah lansia yang dijadikan sampel. Kegiatan yang dilakukan adalah melakukan

pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter, melakukan pendidikan kesehatan kepada lansia mengenai pengertian, penyebab, tanda gejala, pencegahan dan komplikasi dari penyakit hipertensi. Dari hasil pemeriksaan yang didapatkan, ketujuh lansia memiliki tekanan darah yang cukup tinggi melebihi batas normal. Dimana hasil rata-rata yang diperoleh adalah tekanan darah ketujuh lansia diatas 120 mmHg yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Lansia

No	Nama	Umur	L/P	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Keluhan	Hasil TD (mmHg)
1.	Mujiharjo	79 th	L	SD	Tidak ada	Ngilu sendi	130/80
2.	Sumiati	64 th	P	SMA	IRT	Sulit tidur, Ngilu sendi	160/98
3.	Tuminem	80 th	P	Tidak Sekolah	Tidak ada	Ngilu sendi	186/92
4.	Pawiro	83 th	P	Tidak Sekolah	Tidak ada	Pusing	140/94
5.	Hardi	70 th	L	SD	Tidak ada	Nyeri sendi, pusing	162/92
6.	Rubiati	64 th	P	SD	Penjual kacang tanah	Nyeri lutut	160/106
7.	Wongso	80 th	L	Tidak Sekolah	Tidak ada	Sakit kepala	160/104

Setelah dijalankan program individu berupa Pemeriksaan Gratis dan Penkes Kepada Lansia Penderita Hipertensi di Dusun Karanggayam didapatkan hasil pelaksanaan dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan harapan. Hal ini terbukti dengan tercapainya program yang telah dilaksanakan. Berikut adalah capaian hasil program kerja individu saat pelaksanaan KKN

Tabel 2. Capaian Hasil Program Kerja

No	Program	Kondisi Sebelum Program Dijalankan	Kondisi Setelah Program Dijalankan
1.	Pemeriksaan Tekanan Darah dan Pendidikan Kesehatan tentang Hipertensi	Banyaknya lansia penderita Hipertensi di Dusun Karanggayam yang belum mengetahui mengalami Hipertensi. Para lansia juga belum memahami tentang apa itu Hipertensi dan belum mengetahui juga tentang penyebab, tanda dan gejala, pencegahan apa saja yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi	Para lansia di Dusun Karanggayam mengetahui tentang penyakit yang dideritanya yaitu Hipertensi. Para lansia juga mengetahui penyebab dari penyakitnya, tanda dan gejala apa saja yang dialami dan juga pencegahan apa saja yang dapat dilakukan untuk menghindari hipertensi.



Gambar 1. Pemeriksaan dan Edukasi Lansia

5. KESIMPULAN

- a. Berdasarkan hasil observasi sebgain besar Lansia di Dusun Karanggayam mengalami Hipertensi.
- b. Sebagian besar lansia di dusun Karanggayam yang mengalami hipertensi dan belum memahami tentang hipertensi.
- c. Pendidikan hipertensi memberikan tambahan pengetahuan kepada Lansia di dusun Karanggayam

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Syardiansah S. Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian Dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa. *JIM UPB (Jurnal Ilm Manaj Univ Puter Batam)*. 2019;7(1):57–68.
- (2) Imelda I, Sjaaf F, Puspita T. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Heal Med J*. 2020;2(2):68–77.
- (3) World Health Organization. 2019;
- (4) Kementerian Kesehatan RI. 2019;
- (5) Karanggayam PD. No Title. 2022.
- (6) Istain K, Handayani AN, Umara AA, Hanifah GA, Mutsana MI, Zuhri AA, et al. Pelatihan Kepemudaan Pemuda-Mudi Dusun Cetok sebagai Upaya Optimalisasi Peran Pemuda dalam Mengembangkan Potensi Desa. *Pros Konf Pengabdi Masy*. 2019;1:91–3.
- (7) Ariyanti R, Preharsini IA, Sipolio BW. Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *To Maega J Pengabdi Masy*. 2020;3(2):74.
- (8) Hamzah S, Hikma Saleh SN, B H. Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *J Pengabdian Masy Kasih*. 2022;3(2):7–13.
- (9) Putra IMDC, Yuhari MRATW. Edukasi Covid-19 Melalui Program KKN ISI Denpasar untuk Mewujudkan Karakter Anak yang Sadar Kebersihan di Desa Carangsari. *SEGARA WIDYA J Has Penelit dan Pengabdi Masy*. 2020;8(2):78–83.
- (10) Siti Suciati, Ernik Rustiana. Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Konseling Tentang Hipertensi dan Komplikasinya Pada Lansia Di Desa Kromasan Kabupaten Tulungagung. *Janita J Pengabdi Kpd Masy*. 2021;1(1):31–6.