

Upaya Pencegahan Risiko Kegawatdaruratan Hipertensi pada Kelompok Lapanan di Dusun Krajan Desa Selogiri

Efforts to Prevent The Risk of Hypertension Emergency in Lapanan Group Dusun Krajan Selogiri Village

Sarwono^{1*}, Putra Agina Widyaswara Suwaryo²

¹Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Universitas Muhammadiyah Gombong

²Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Universitas Muhammadiyah Gombong

*Corresponding author: ronifah@gmail.com

ABSTRAK

Kata Kunci: edukasi, hipertensi, risiko pencegahan, tekanan darah

Hipertensi atau Tekanan Darah tinggi adalah terjadinya peningkatan secara abnormal pada tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang berkepanjangan dengan nilai tekanan sistol diatas 140 mmHg dan tekanan diastolnya diatas 90 mmHg, darah yang membawa suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat sebelum sampai ke jaringan tubuh. Dusun Krajan desa Selogiri memiliki 52 KK, Sebagian besar pekaajaan petani terdapat kegiatan rutin lapanan yang diikuti oleh semua KK, dilakukan setiap 5 minggu sekali pada malam Sabtu Manis. Hasil pemeriksaan tekanan darah 36 Orang di kelompok lapanan dusun Krajan desa Sealogiri kecamatan Karanggayan terdapat 23 orang yang tergolong hipertensi yaitu hasil pengukuran melebihi 140/90 mmHg, bahkan ada 3 orang yang tekanan darahnya lebi dari 200/100 mmHg, dalam keadaan tersebut masyarakat tetap melakukan aktifitas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan dapat melakukan Tindakan pencegahan risiko kegawatdaruratan penyakit hipertensi pada masyarakat di dusun Krajan. Metode yang digunakan yaitu pemeriksaan tekanan darah dan memberikan edukasi Kesehatan yang berisi pencegahan hipertensi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan yaitu 50 orang. Hasil pengabdian masyarakat berjalan lancar dan rata-rata tekanan darah berada direntang 110-145 mmHg, dan peningkatan pengetahuan mencapai 2.5 kali dari sebelum diberikan edukasi

ABSTRACT

Keywords: blood pressure, education, hypertension, prevention risk

Hypertension or high blood pressure is an abnormal increase in blood pressure in the arteries that is prolonged with a systolic pressure value above 140 mmHg and a diastolic pressure above 90 mmHg, the blood that carries the supply of oxygen and nutrients is blocked before it reaches the body's tissues. Krajan hamlet, Selogiri village has 52 families. Most of the farmer activities have routine lapanan activities which are followed by all families, which are carried out once every 5 weeks on Sweet Saturday nights. The results of the blood pressure examination of 36 people in the eightan group, Krajan hamlet, Sealogiri village, Karanggayan sub-district, there were 23 people classified as hypertension, namely the measurement results exceeded 140/90 mmHg, there were even 3 people whose blood pressure was more than 200/100 mmHg, in these circumstances people still do activity. This community service activity is to increase knowledge and be able to take action to prevent emergency risk of hypertension in the community in Krajan hamlet.

The method used is checking blood pressure and providing health education which contains prevention of hypertension. The number of participants who took part in the activity was 50 people. The results of community service went smoothly and the average blood pressure was in the range of 110-145 mmHg, and the increase in knowledge reached 2.5 times than before being given education.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah terjadinya peningkatan secara abnormal pada tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang berkepanjangan dengan nilai tekanan sistol diatas 140 mmHg dan tekanan diastolnya diatas 90 mmHg, darah yang membawa suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat sebelum sampai ke jaringan tubuh (Priyanto, Mayangsari, & Nurhayati, 2019). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Kebumen (2018), jumlah penduduk wilayah Kabupaten Kebumen sebanyak 1.799.576 diantaranya 186.828 orang di atas 60 tahun. Jumlah penduduk yang mengalami kasus hipertensi di Puskesmas dan Rumah Sakit wilayah Kabupaten Kebumen sebanyak 114.515 orang dengan hipertensi esensial dan 1.461 orang dengan hipertensi lainnya (Dinkes Kabupaten Kebumen, 2018).

Prevalensi kasus hipertensi pada usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), serta usia 55-64 tahun (55,2%). Berdasarkan prevalensi kasus hipertensi tersebut sejumlah 34,1%, diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi, 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat, serta 32,3% tidak rutin minum obat. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Hipertensi yang diderita oleh sebagian orang itu

tanpa adanya keluhan, sehingga penderita tidak menyadari bahwa menderita hipertensi atau diketahui mengalami hipertensi setelah komplikasi. Kerusakan organ target apabila terjadi komplikasi hipertensi yang akan bergantung pada besarnya tekanan darah dan lamanya kondisi yang tidak diobati (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Beberapa keluhan yang dirasakan penderita hipertensi yaitu sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan, sesak nafas, gelisah, mual, muntah, epitaksis, kesadaran menurun. Keluhan bila tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi berupa stroke, gangguan ginjal, penyakit jantung bahkan dapat menyebabkan kondisi pasien menjadi gawat dan darurat.

Dusun Krajan desa Selogiri memiliki 52 KK, Sebagian besar pekerjaan petani terdapat kegiatan rutin lapanan yang diikuti oleh semua KK, dilakukan setiap 5 minggu sekali pada malam sabtu manis. Hasil pemeriksaan tekanan darah 36 Orang di kelompok lapanan dusun Krajan desa Selogiri Kecamatan Karanggayam terdapat 23 orang yang tergolong hipertensi yaitu hasil pengukuran melebihi 140/90 mmHg, bahkan ada 3 orang yang tekanan darahnya lebih dari 200/100 mmHg. Pada kondisi tersebut masyarakat tetap melakukan aktivitas sehari-hari tanpa menyadari keluhan yang dirasakannya. Hal ini dapat disebabkan karena masyarakat belum mengetahui risiko yang dapat

menyebabkan kondisi kegawatdaruratan akibat menderita hipertensi bila tidak mendapatkan penanganan dengan baik. Fasilitas pelayanan kesehatan di Desa Selogiri adalah Puskesmas Pembantu di dekat lingkungan dusun Krajan yang buka setiap senin dan kamis tetapi Petugas kesehatan hanya ada di pelayanan siang hari jam 08.00 – 11.00 WIB dan belum ada kegiatan Posyandu lansia di dusun Krajan Desa Selogiri.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan dapat melakukan tindakan pencegahan risiko kegawatdaruratan penyakit hipertensi pada masyarakat di Dusun Krajan desa Selogiri Kecamatan Karanggayam. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang tanda dan gejala hipertensi, mengetahui risiko kegawatdaruratan hipertensi, dan memanfaatkan fasilitas Pelayanan Kesehatan dengan tepat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode ceramah dan pengukuran tekanan darah sebelum edukasi

dilakukan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan beberapa sesi yang terdiri dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dengan total 52 jam. Pelaksanaan terdiri dari 3 kali pelaksanaan yaitu pemeriksaan tekanan darah dan penyuluhan penyakit dan tanda gejala hipertensi, pelaksanaan berikutnya penyuluhan risiko kegawatdaruratan dan yang pelaksanaan terakhir yaitu cara mengatasi kegawatdaruratan hipertensi. Media yang digunakan yaitu lembar balik, poster dan *powerpoint presentation*. Pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan soal sejumlah 10 yang diberikan kepada peserta sebelum dan setelah penyuluhan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Rumah Bapak RT 07 RW 01 Selogiri tiap malam sabtu manis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar selama 1 bulan yaitu pada bulan Maret 2021 yang diikuti oleh 50 orang peserta. Rata-rata usia peserta yaitu 47 tahun (rentang 32-65 tahun) dan rata-rata skor pengetahuan meningkat 2.5 kali.

Tabel 1. Rata-rata Skor Pretes dan Post test

No butir	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3	Σ
Rata-rata skor Pretes	4,5	5,25	6,5	16,25
Rata-rata skor Postes	8,5	8,75	9,0	26,25

Sumber: Data Primer, 2021

Penyuluhan Kesehatan yang dilakukan menggunakan media *powerpoint* efektif meningkatkan kognitif peserta. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Fuady dkk (2018) yang dilakukan terhadap siswa XI bahwa perubahan pengetahuan secara signifikan yang dilakukan menggunakan media gambar dan *audio visual*. Metode dan media yang digunakan dalam

penyampaian materi dalam proses penyuluhan kesehatan sangat berperan penting agar tingkat keberhasilan atau penerimaan materi dapat tercapai secara maksimal. Media tersebut digunakan sebagai perantara yang membawa pesan atau informasi bertujuan instruksional atau mengandung maksud pengajaran antara sumber dan penerima.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam memilih media seperti kemampuan mengakomodasikan penyajian stimulus yang tepat, respon peserta, umpan balik, pemilihan media utama dan media sekunder untuk penyajian informasi atau stimulus dan untuk Latihan test. Hasil observasi selama kegiatan yang dilaksanakan dalam 3 sesi, semua peserta antusias mengikuti kegiatan dan aktif bertanya. Media tambahan yang digunakan yaitu poster yang bisa ditempelkan di tempat umum yang bisa digunakan sebagai pengingat atau informasi yang bisa dibaca oleh orang lain saat melewati atau berada ditempat tersebut.

Rata-rata pengukuran tekanan darah yaitu berada dalam rentang

115 – 140 mmHg, sehingga penyuluhan semakin menjadi efektif karena peserta tidak masuk dalam kategori hipertensi. Hal ini berkaitan dengan kebiasaan peserta yang tidak suka memberikan banyak bumbu terutama garam saat memasak, sehingga meminimalisir faktor yang bisa menjadi pencetus terjadinya hipertensi. Peserta juga rutin melakukan pengukuran tekanan darah di Fasilitas Kesehatan terdekat seperti Puskesmas atau Posyandu. Adapun rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu kegiatan pengukuran tekanan darah secara rutin saat pertemuan lapanan dan pertemuan rutin tiap bulan.



Gambar 1. Pengukuran Tekanan Darah



Gambar 2. Proses Edukasi Kesehatan



Gambar 3. Peserta aktif bertanya

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berisi penyuluhan kesehatan dan pengukuran tekanan darah dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan yaitu warga RT 07 RW 01 Selogiri. Kegiatan serupa sebaiknya dilakukan kembali dengan sasaran peserta yang lebih banyak dan ditambah dengan kegiatan simulasi secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M. (2017). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah*, 6, 5-6. Jakarta: EGC.
- Dinkes. Jateng. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018*. Dinas Kesehatan Provinsi Jateng, 97-98.
- Dinkes. Kebumen. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen 2018*. Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen.
- Friedman. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, & Praktik*. Jakarta: EGC.
- Fuady, N. R., Basuki, D. R., & Finurina, I. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di

- Puskesmas 1 Sumbang, Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas. *Herb-Medicine Journal*, 7-9.
- Hanifah, A. M. (2019). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Jurnal Poltekkes Kaltim*, 22- 25.
- Hasen, G., & Abdo, A. (2020). Medication Adherence and Associated Factors in Management of Hypertension in Shashemene Referral Hospital, Ethiopia. *Journal of Hypertension and Management*, 3.
- Heryana, A. (2020). Etika Penelitian. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia. 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 206.
- Lukito, A. A., Harmeiwaty, E., & Hustrini, N. M. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.
- Matheos, B., Bidjuni, H., & Rottie, J. (2018). Hubungan Peran Keluarga dalam Mengontrol Gaya Hidup dengan Derajat Hipertensi di Puskesmas Tagulandang Kabupaten Sitaro. *e-journal Keperawatan (e-Kep) Volume 6 Nomor 1, 2*.
- Nuraini, Y. D. (2019). Aplikasi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Keluarga dengan Lansia Hipertensi. *Jurnal UMM*, 13-18.
- Potter, P., & Perry, A. (2016). *Fundamental of nursing : concept, process, and practice. Ed 4 Vol 2 (Terj. Yasmin Asih, et al)*. Jakarta: E