

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PEMANFAATAN PENYULUHAN HIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PONDOK KACANG TIMUR, TANGERANG SELATAN

COMMUNITY EMPOWERMENT THROUGH THE USE OF HYPERTENSION COUNSELING FOR ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF PONDOK KACANG TIMUR PUSKESMAS, SOUTH TANGERANG

Munaya Fauziah¹, Alfina Tri Adetiya², Annisa Muthmainnah³, Asti Al Hikmah⁴, Danang Onggo Wasito⁵,
Permata Nazalia Arifin⁶, Sifa Alifya Murvi⁷, Suhaimah⁸, Syarafina Zhalifunnafsi Sartono⁹, Ernyasih¹⁰

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸⁹¹⁰Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muhammadiyah Jakarta

Email Korespondensi: munaya.fauziah@umj.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang termasuk dalam PTM. Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg. Badan Pusat Statistik merilis data jumlah lansia berdasarkan hasil survei penduduk antar sensus tahun 2016 diperkirakan jumlah lansia di Indonesia sebanyak 22.630.882 jiwa. Menurut hasil Riskesdas 2018, proporsi prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada kelompok umur 45 - 59 tahun atau pra-lansia mencapai 21,20%. Sedangkan, berdasarkan pengukuran pada kelompok umur ≥ 60 mencapai 32,5%. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi pada penderita hipertensi yang berada di wilayah UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *penelitian pre-eksperimental* bentuk rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Diketahui hasil uji statistik mendapatkan nilai *p value* 0,000 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara perubahan pengetahuan sebelum diadakan penyuluhan dengan sesudah diadakan penyuluhan.

Kata Kunci: hipertensi, lansia, ptm

ABSTRACT

*Hypertension is a disease that is included in PTM. Hypertension or commonly called high blood pressure is an increase in systolic blood pressure above the normal limit of more than 120 mmHg and diastolic blood pressure of more than 80 mmHg. The Central Bureau of Statistics released data on the number of elderly people based on the results of the 2016 inter-census population survey, an estimated number of elderly people in Indonesia as many as 22,630,882 people. According to the results of the 2018 Riskesdas, the proportion of hypertension prevalence based on measurements in the age group 45-59 years or pre-elderly reaches 21.20%. Meanwhile, based on measurements in the age group ≥ 60 it reached 32.5%. The purpose of this community service is to increase knowledge related to hypertension in hypertension sufferers who are in the UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur area. This study used a quantitative research method with a pre-experimental research design in the form of a One Group Pretest-Posttest design. It is known that the results of statistical tests obtained a *p value* of 0.000 which indicated that there was a significant difference between changes in knowledge before counseling was held and after counseling was held.*

Keywords: hypertension, elderly, ptm

PENDAHULUAN

Pengalaman belajar lapangan (PBL) merupakan suatu kegiatan yang memberikan dukungan dan pengalaman bagi mahasiswa mengenai masalah kesehatan masyarakat yang ada di perkotaan. Selain itu mahasiswa perlu melakukan upaya pemecahan masalah sesuai dengan keterampilan mahasiswa di setiap bidangnya. Kegiatan PBL ini bersifat interaktif, holistic, integratif, saintifik, kontekstual, tematik, efektif dan kolaboratif. Dalam kegiatan ini mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan kreativitas serta kapasitas dalam mencari solusi untuk mengupayakan pemecahan masalah.

Salah satu kesulitan dalam pembangunan kesehatan adalah beban rangkap tiga penyakit (segitiga penyakit). Pola penyakit mengalami transisi dari didominasi oleh penyakit menular menjadi didominasi oleh penyakit tidak menular (PTM). (Ansar, J. dkk, 2019). Salah satu penyakit yang termasuk dalam PTM adalah hipertensi. Kenaikan tekanan darah sistolik di atas kisaran biasa lebih dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg dikenal sebagai hipertensi, sering dikenal dengan tekanan darah tinggi. (Ayu *et al.*, 2022)

Karena penderita hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala, maka sering disebut sebagai silent killer atau pembunuh senyap. (Rifai and dan Safitri, 2022). Dibandingkan wanita, pria lebih cenderung mengalami peningkatan tekanan darah. Usia, jenis kelamin, dan ras adalah beberapa variabel risiko yang tidak dapat diubah. Sedangkan, merokok, makan lebih sedikit buah dan sayuran, makan terlalu banyak garam, kelebihan berat badan atau obesitas, tidak cukup berolahraga, makan makanan tinggi lemak, dan stres adalah faktor risiko yang dapat dimodifikasi. (Ayu, D.A, dkk, 2022).

Kesulitan dalam mengatasi populasi yang menua yang meluas di negara maju dan berkembang adalah serupa. Sebagai hasil dari akumulasi jangka panjang kerusakan seluler dan molekuler, umumnya dikenal sebagai penuaan, orang tua secara alami mengalami penurunan fungsi fisiologis. Kapasitas fisik dan psikologis menurun seiring bertambahnya usia, dan bahaya berkembangnya penyakit fatal meningkat. Pada tahun 2050, akan ada 2 miliar lansia di seluruh dunia, dan hingga 80% dari mereka mungkin tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. (Kementerian Kesehatan, 2016).

World Health Organization mencatat bahwa prevalensi hipertensi di kawasan Afrika sebesar 27% dibandingkan kawasan Amerika yaitu sebesar 18%. (Sari and dkk, 2021) Selain itu, diperkirakan pada tahun 2025, akan ada 1,5 miliar orang di seluruh dunia yang menderita hipertensi, dengan jumlah yang terus meningkat setiap tahunnya. (Kemenkes RI, 2016).

Badan Pusat Statistik merilis data jumlah lansia berdasarkan hasil survei penduduk antar sensus tahun 2016 diperkirakan jumlah lansia di Indonesia sebanyak 22.630.882 jiwa. (Kementerian Kesehatan, 2016). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang tidak hanya tersebar luas tetapi juga paling sering menyerang masyarakat Indonesia (57,6%). Hal ini dibuktikan dengan semakin banyaknya penderita hipertensi setiap tahunnya di Puskesmas. (Rifai, M. dan Safitri, D, 2022). Menurut

hasil Riskesdas 2018, proporsi prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada kelompok umur 45 - 59 tahun atau pra-lansia mencapai 21,20%. Sedangkan, berdasarkan pengukuran pada kelompok umur ≥ 60 mencapai 32,5%. (Kementerian Kesehatan, 2016).

Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur sebelumnya, ditemukannya kasus hipertensi sebanyak 12.721 kasus. Dalam menurunkan kejadian hipertensi diperlukan intervensi atau program salah satunya adalah penyuluhan.

Penyuluhan adalah cara mengubah perilaku masyarakat agar setiap individu sadar, siap melakukan perubahan, dan mampu melakukannya untuk meningkatkan produktivitas, pendapatan, atau keuntungan serta meningkatkan kesejahteraan mereka. (Subejo, 2010).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *penelitian pre-eksperimental* dengan bentuk rancangan *One Group Pretest-Posttest* yang bertujuan untuk melihat perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudahnya diberikan intervensi penyuluhan Hipertensi. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pondok Kacang Timur. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *non-probability* sampling yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 20 penderita hipertensi dengan kriteria inklusi adalah penderita hipertensi yang berusia diatas 50 tahun.

Penelitian ini dilaksanakan di Posbindu Palem Ratu yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur, Kecamatan Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Maret 2023. Alat pengumpulan data dengan melakukan lembar pre-test dan post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengalaman Belajar Lapangan (PBL) adalah kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pengalaman dan pengetahuan mahasiswa di masyarakat. Pelaksanaan Pengalaman belajar Lapangan (PBL) diawali dengan melakukan analisis situasi Kesehatan di wilayah kerja UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur yang mendapatkan hasil bahwa masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur terdapat tingginya temuan kasus hipertensi sebanyak 12.721 kasus. Oleh karena itu, pada kegiatan intervensi PBL tersebut dilakukan penyuluhan kepada lansia agar dapat meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi.

Setelah mendapatkan data hasil analisis situasi dilakukannya diskusi dengan pihak UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur dan dosen pembimbing. Berdasarkan dengan banyak pertimbangan maka kegiatan intervensi berupa penyuluhan mengenai hipertensi serta mendapat persetujuan dari pihak UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur dan dosen pembimbing. Penyuluhan dilakukan di Posbindu Palem Ratu pada hari Sabtu, 18 Maret 2023. Langkah selanjutnya dalam tahap persiapan adalah

melakukan perizinan kepada RT RW setempat serta memohon bantuan dari Ibu kader Posbindu Palembang agar acara berjalan dengan lancar.

Kegiatan penyuluhan ini dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab. Masyarakat diarahkan untuk mengisi lembar pre-test untuk mengukur pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan. Setelah pengisian lembar pre-test dilaksanakan pemaparan materi terkait hipertensi. Pada proses kegiatan pemberdayaan masyarakat berjalan dengan lancar, masyarakat aktif bertanya sehingga terjadinya komunikasi dua arah. Selanjutnya, dilakukan pengisian post-test untuk mengukur pengetahuan masyarakat sesudah dilakukan penyuluhan. Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* peserta sebagai berikut:

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Sebelum Penyuluhan

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	7	35
Cukup	7	35
Baik	6	30
Total	20	100

Berdasarkan tabel di atas distribusi *pre-test* di Posbindu Palembang Ratu terdapat 7 orang dengan pengetahuan kurang dan cukup (35%) dan 6 orang dengan pengetahuan baik (30%).

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Sesudah Penyuluhan

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	0	0
Cukup	0	0
Baik	20	100
Total	20	100

Berdasarkan tabel di atas distribusi pengetahuan *post-test* di Posbindu Palembang Ratu terdapat 20 orang dengan pengetahuan baik (100%). Hal ini berarti membuktikan bahwa pengetahuan peserta telah bertambah setelah mendapatkan materi penyuluhan.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Penyuluhan

Pengetahuan	N	Mean (Rata-Rata)	SD	SE	P Value
Sebelum Penyuluhan	20	63.5	14.965	3.346	0.000
Sesudah Penyuluhan	20	91.5	7.452	1.666	

Rata-rata pengetahuan sebelum penyuluhan adalah 63.5 dengan standar deviasi 14.965. setelah dilakukan penyuluhan, rata-rata skor pengetahuan yang didapatkan adalah 91.5 dengan standar deviasi 7.452. terlihat perbedaan rata-rata antara sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan yaitu sebesar 28% (0,28). Hasil uji statistic didapatkan nilai P Value sebesar 0.000, maka dapat disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.

Pada hasil post-test dan pre-test dapat disimpulkan bahwa terdapat pengetahuan yang cukup signifikan antara perubahan sebelum diadakan penyuluhan dan perubahan setelah diadakan penyuluhan. Oleh karena itu, penyuluhan dengan metode ceramah, sesi tanya jawab dan pembagian media informasi kesehatan sangat efisien untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat.



Gambar 1. Pemaparan Materi Penyuluhan



Gambar 2. Masyarakat Yang Hadir

Gambar 3. Foto bersama pihak UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur dan Kader Posbindu



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) yang dilakukan oleh kelompok didapatkan bahwa prioritas masalah kesehatan di wilayah UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur adalah kurangnya pengetahuan terkait hipertensi pada penderita hipertensi. Alternatif pemecahan

masalah yang dilakukan berupa Penyuluhan Kesehatan. Kegiatan intervensi ini dilaksanakan pada tanggal 18 Maret 2023 bertempat di Posbindu Palem Ratu Puskesmas Pondok Kacang Timur. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diperoleh hasil bahwa adanya perubahan yang perbedaan yang signifikan antara perubahan sebelum diadakan penyuluhan dan perubahan setelah diadakan penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada kader - kader Posbindu Palem Ratu dan masyarakat yang telah hadir untuk melancarkan kegiatan program intervensi ini. Ucapan terima kasih juga Penulis haturkan kepada UPT Puskesmas Pondok Kacang Timur yang telah memberikan dukungan perizinan serta Universitas Muhammadiyah Jakarta fakultas Kesehatan masyarakat yang telah memberikan dukungan dana untuk kegiatan pemberdayaan masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansar, J. dkk (2019). Determinan Kejadian Hipertensi pada Pengunjung Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*. Vol 1, No 3. 2019. Halaman 28 – 35.
- Ayu, D. *et al.* (2022) ‘Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara’, *Kesehatan Masyarakat*, 10(2), pp. 136–147. Available at: <https://doi.org/10.31604/jpm.v5i2.649-664>.
- Kementerian Kesehatan. (2016). Infodatin Lansia 2016. In Report (p. 8).
- Rifai, M. and dan Safitri, D. (2022) ‘Edukasi Penyakit Hipertensi Warga Dukuh Gebang RT 04/RW 09 Desa Girisuko Kecamatan Panggang Kabupaten Gunung Kidul.’, *BUDIMAS*, 04(2), pp. 1–6.
- Sari, M. and dkk (2021) ‘Upaya Menurunkan Kejadian Hipertensi Melalui Kegiatan Training Of Trainer Di Kelurahan Pondok Benda Tangerang Selatan.’, *ABDIMAS*, 4(1), pp. 93–102.
- Subejo. (2010). *Penyuluhan Pertanian Terjemahan Dari Agriculture. Extention* (edisi 2). Jakarta.