

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 3 No. 4	Edition: September 2023 – Desember 2023
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPH	
Received : 10 September 2023	Revised: 22 September 2023	Accepted: 27 September 2023

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN HIPERTENSI KEPADA LANSIA DI PUSKESMAS NAMORAMBE

Linta Meliala¹, Anggun Syafitri², Puji Lestari³, Atika Patni Suri⁴,

Institut Kesehatan Deli Husada

e-mail : lintameliala@gmail.com¹, anggunsya09@gmail.com², pujilestari87@gmail.com³,
atikapatnisuri15@gmail.com⁴

ABSTRACT

Pembangunan kesehatan promotif menjadi salah satu cara meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan dan menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah agar masyarakat memiliki, memahami dan memaksimalkan pengetahuan tentang hipertensi. Metode yang dilakukan berupa penyuluhan dua arah menggunakan instrument power point berisi materi hipertensi serta kuisioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat desa yang berjumlah 30 orang. Waktu pelaksanaan pada hari Sabtu, 10 Juni 2023 berlokasi di Puskesmas Namorambe. Setelah kegiatan penyuluhan dan uji kuisioner menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi menjadi sebesar 82%. Peningkatan pengetahuan yang baik diharapkan menjadikan masyarakat lebih sadar dan mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kesehariannya.

Keywords: *hipertensi, pengetahuan, penyuluhan*

ABSTRACT

Promotive health development is one way to increase public knowledge. Hypertension is a condition that is often found and is the highest cause of death in the world. The purpose of this community service activity is for the community to have, understand and maximize knowledge about hypertension. The method carried out is in the form of two-way counseling using a power point instrument containing hypertension material and questionnaires before and after counseling. The target of this activity is the village community of 30 people. The implementation time will be on Saturday, June 10, 2023, located at the Namorambe Health Center. After counseling activities and questionnaire tests, it showed an increase in public knowledge about hypertension to 82%. Increasing good knowledge is expected to make people more aware and able to apply this knowledge in their daily lives.

Keywords: *(hypertension, knowledge, counseling)*

1. PENDAHULUAN

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan kepada masyarakat maka perlu dilakukan pembangunan kesehatan promotif. Untuk itu perlu keikutsertaan perguruan tinggi yang diharapkan mampu ikut mengembangkan dan meningkatkan program pembangunan kesehatan masyarakat. Salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi adalah Kegiatan Pengabdian Masyarakat. Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat (PPM) ini selayaknya dilakukan tepat sasaran dan layak guna terutama untuk masyarakat sekitar institusi berada. Berbagai metode transfer ilmu dalam kegiatan PPM diantaranya penyuluhan, pelatihan, bakti sosial, dan lain sebagainya. Tujuan dari PPM adalah masyarakat mendapatkan pengetahuan, kesadaran, keterampilan, kemampuan dan kemauan individu. Agar penyampaian mudah dimengerti peserta maka pada penyuluhan digunakan Instrumen digunakan berupa media audiovisual berisikan poin-poin yang akan disampaikan. Penyuluhan yang bersifat dua arah diharapkan memberikan pula penerimaan pengetahuan yang lebih baik. Evaluasi pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan dapat dinilai dengan metode kuisioner yang kemudian dihitung angka perubahannya melalui rumus tertentu.

Salah satu masalah yang ditemukan dalam kegiatan PPM ini adalah masalah Hipertensi pada lansia. Terjadinya penurunan fungsi kerja tubuh pada lansia merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi. Faktor-faktor lain yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia adalah adanya pola gaya hidup yang tidak sehat, seperti mengkonsumsi *junkfood* secara berlebihan, merokok, mengkonsumsi alkohol, dan kurangnya berolahraga. Makanan *junkfood* yang tinggi kalori, lemak, natrium dan rendah serat merupakan penyebab hipertensi, demikian juga pada rokok yang terdapat kandungan nikotin yang dapat memicu kelenjar adrenal melepaskan *epinefrin* atau *adrenalin* yang menyebabkan terjadinya *vasokonstriksi* serta membuat jantung memompa lebih berat karena tekanan yang lebih tinggi. Mengkonsumsi alkohol dapat meningkatkan keasaman darah yang membuat darah menjadi lebih kental dan jantung menjadi lebih berat dalam memompa, sedangkan kurangnya berolahraga merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis dan secara keseluruhan yang diperkirakan dapat menyebabkan kematian secara global. Merubah *lifestyle* pada lansia tentu saja tidak dapat dilakukan sendiri. Keluarga memiliki peran penting dalam mengubah *lifestyle* lansia. Menurut Friedman dan Setiadi keluarga sangat dibutuhkan dalam memberikan perawatan lansia.

2. METODE

Kegiatan PPM ini dilakukan di Puskesmas Namorambe pada hari Sabtu, 10 Juni 2023. Kegiatan ini dilakukan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Farmasi dan Kesehatan Masyarakat yang berjumlah 4 orang dosen dan mahasiswa Apoteker. Metode yang digunakan yaitu upaya peningkatan pengetahuan hipertensi melalui edukasi kepada lansia di Puskesmas Namorambe. Penyuluhan diberikan oleh narasumber secara dua arah, menggunakan instrumen *audiovisual* power point berisi materi hipertensi serta kuisioner sebelum dan sesudah berisikan sepuluh pertanyaan tentang pengetahuan hipertensi. Adapun masyarakat LANSIA yang hadir berjumlah 30 orang di puskesmas Namorambe pada hari Sabtu, 10 Juni 2023.

3. HASIL

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan menunjukkan rata-rata nilai benar peserta memiliki pengetahuan hipertensi sebesar 76,5%. Hasil rata-rata setelah penyuluhan menunjukkan peserta memiliki pengetahuan hipertensi nilai sebesar 83%. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan tentang hipertensi.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh sebagian besar peserta belum mengetahui tentang hipertensi dan terapi mengenai antihipertensi bahkan masih sangat asing ditelinga. Peningkatan pengetahuan peserta PKM Lansia yang berusia sekitar 50-70 tahun menjadi bukti bahwa ada manfaat terkait edukasi yang diberikan baik secara pemaparan materi serta diskusi langsung. Hal ini sesuai dengan kuisioner yang dibagikan ke peserta sebelum dan setelah penyuluhan.

5. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan sosialisasi dan pembahasan di atas dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan sosialisasi yang dilakukan telah menambah pengetahuan Peserta
2. Para peserta telah mengetahui tentang edukasi peningkatan pengetahuan penyakit hipertensi yang telah disampaikan oleh pemateri

DAFTAR PUSTAKA

Candra et al. 2018. „Perbedaan Pemberian Buklet Hipertensi dan Pendampingan Keluarga pada Perubahan Asupan Makan dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1. “, Thesis. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>

Mayo Clinic. (2018). *Hypertension. Medical Education and Research*

Nuraini B. *Risk Factors of Hypertension*. J Majority. Februari 2015;4(5): 10- 18.