

Laporan Artikel Publikasi KKN-IPE-AIK

KELURAHAN : NGADIREJO
KECAMATAN : KARTASURA
KABUPATEN : SUKOHARJO



Oleh:

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1. Muhammad Andrian | J210190102 |
| 2. Aulia Asyifa Nanda | J210190096 |
| 3. Dwi Ribkhi Azizah | J210190098 |
| 4. Nur Annisa Rahmawati | J210190100 |
| 5. Shafira Amalia Putri | J210190101 |
| 6. Keny Nurchaeni Cahyaningtyas | J210190104 |
| 7. Ayu Wulan Sari | J310190079 |
| 8. Efrinda Pramesty | J310190080 |
| 9. Elfrida Aulia Hardiana | J310190081 |
| 10. Salsabila Asma Azizah | J310190082 |
| 11. Laila Suci Pradita | J310190083 |
| 12. Novastu Partika Arta Palupi | J310190084 |

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR KKN-IPE-AIK KELURAHAN NGADIREJO KECAMATAN
KARTASURA
KABUPATEN SUKOHARJO

Muhammad Andrian	J210190102	Ayu Wulan Sari	J310190079
Aulia Asyifa Nanda	J210190096	Efrinda Pramesty	J310190080
Dwi Ribkhi Azizah	J210190098	Elfrida Aulia Hardiana	J310190081
Nur Annisa Rahmawati	J210190100	Salsabila Asma Azizah	J310190082
Shafira Amalia Putri	J210190101	Laila Suci Pradita	J310190083
Keny Nurchaeni C.	J210190104	Novastu Partika AP.	J310190084

Telah disetujui Dosen Pembimbing Lapangan dan Pembimbing lapangan (PRM) pada tanggal 13 Agustus 2022

Dosen Pembimbing Lapangan 1	 (..... ENITA DEWI, S. KEP., NS., MN)
Dosen Pembimbing Lapangan 2	 (Eni Purwani, S.Si., M.Si)
Pembimbing Lapangan (PRM)	 (Drs. H. Abdullah Mahmud, M. Ag)

Mengetahui,
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Umi Budi Rahayu, S. ST. FT., M. Kes

NIK. 750

PENGARUH PENYULUHAN PENDIDIKAN KESEHATAN HIPERTENSI TERHADAP PENGETAHUAN LANSIA PELANGI PRAMESWARI KELURAHAN NGADIREJO, KARTASURA

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Muhammad Andrian^{1*}, Aulia Asyifa Nanda², Dwi Ribkhi Azizah³, Nur Annisa Rahmawati⁴, Shafira Amalia Putri⁵, Keny Nurchaeni Cahyaningtyas⁶, Ayu Wulan Sari⁷, Efrinda Pramesty⁸, Elfrida Aulia Hardiana⁹, Salsabila Asma Azizah¹⁰, Laila Suci Pradita¹¹, Novastu Partika Arta Palupi^{*12}, Enita Dewi¹³,
Eni Purwani¹⁴

^{1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 13}Program Studi Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{8, 9, 10, 11, 12, 14}Program Studi Ilmu Gizi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: j310190084@student.ums.ac.id

Abstrak

Kata Kunci:
Hipertensi;
Penyuluhan
Posbindu; Lansia

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang umum di kalangan lansia. Pada posbindu Kelurahan Ngadirejo terdapat sebanyak 5% dari 1201 yang mengalami hipertensi. Salah satu faktor risiko dari hipertensi adalah pengetahuan nutrisi dan kebiasaan hidup dari lansia dan keluarga yang kurang. Kegiatan yang mendukung untuk meningkatkan pengetahuan nutrisi lansia ini dengan melakukan kegiatan penyuluhan mengenai diet hipertensi. Kegiatan pengabdian ini dilakukan oleh beberapa tahapan yaitu tahap persiapan (observasi), pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap awal dilakukan dengan melakukan pengecekan tekanan darah dan tanya jawab berupa pre-test. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan mengadakan senam hipertensi terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dengan memuat materi definisi, cara pencegahan, dan diet hipertensi. Tahap akhir yaitu evaluasi dengan menggunakan tanya jawab (post-test) untuk mengetahui tingkat pemahaman para lansia setelah diberikan penyuluhan. Hasil pre-test yang tergolong baik didapatkan 57.69% dan hasil post-test tergolong baik didapatkan 73.08%. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan para lansia meningkat setelah diberikan penyuluhan hipertensi.

Abstract

Keywords:
Hypertension;
Posbindu
Counseling; Elderly

Hypertension is one of the common disease among the elderly. At Posbindu Kelurahan Ngadirejo, there are as many as 5% of 1201 elderly who have hypertension. One of the risk factors of hypertension is the lack of nutritional knowledge and the bad lifestyle of the elderly and their family. Activity that can support these elderly to increase their knowledge about nutrition is to do a counseling about hypertension diet. This service activity is done by many steps. The first step is preparation step (observation), implementation, and evaluation. The early step is done by conducting blood pressure checking and question & answer in a form of pre-test. The implementation is done by conducting hypertension exercise first, then continued by doing health counseling about hypertension which materials consisted of definition, ways to prevent hypertension, and hypertension diet. The last step, evaluation, is done by conducting a question and answer (post-test) to know the level of understanding of the elderly after being given the counseling. The result of the pre-test was 57.69% which was quite good and the result of the post-test was 73.08% which was quite good. It can be concluded that the knowledge of the elderly is increased after being given the hypertension counseling.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan seseorang yang memiliki tekanan darah sistolik dan diastolik yang berada diatas 140/90 mmHg. Untuk keadaan normal tekanan darah seseorang yaitu 120/80 mmHg (KEMENKES, 2013). Gejala seseorang yang mengidap hipertensi biasanya berupa pusing dan kepala terasa berat, tetapi gejala yang dirasakan tersebut tidak dapat dijadikan sebagai acuan bahwa seseorang tersebut menderita hipertensi. Cara untuk melakukan pemeriksaan hipertensi dengan dilakukan pengecekan tekanan darah secara rutin. Tekanan darah tinggi atau hipertensi termasuk penyakit yang berbahaya, karena dapat memberatkan kerja jantung sehingga dapat meningkatkan terjadinya stroke, serangan jantung, penyakit ginjal kronik, bahkan kebutaan (Suryani dkk, 2018).

Berdasarkan WHO (2015) sebesar 1.13 milyar penduduk dunia mengidap hipertensi (1:3 mengidap hipertensi) serta pada tahun 2025 diprediksi akan mencapai 1.5 milyar penduduk dunia yang mengalami hipertensi. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia terjadi peningkatan penyakit hipertensi yaitu sebesar 37.59% yang mencakup seluruh penduduk Indonesia. Dari laporan puskesmas kabupaten sukoharjo tahun 2020 terdapat 110.116 kasus hipertensi dengan kasus terbanyak terdapat di puskesmas kartasura sebesar 17.825 kasus.(Dinkes, 2020).

Kelurahan Ngadirejo merupakan salah satu kelurahan yang terdapat di Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo. Kelurahan tersebut memiliki luas wilayah 121 Ha, Kelurahan Ngadirejo dibagi menjadi 9 rukun warga (RW) dan 32 rukun tetangga (RT). Jarak kelurahan ke kecamatan yaitu 1.8 km, dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak

5188 dan perempuan 5200. Di kelurahan ini terdapat jumlah tenaga Kesehatan sebanyak 3 bidan dengan jumlah sarana Kesehatan berupa 1 posbindu, 5 posyandu balita, 6 posyandu lansia, dan 1 polindes. Pada Posbindu Kelurahan Ngadirejo terdapat pravelensi sebesar 5% yaitu 60 lansia dari jumlah seluruh lansia 1201 yang terkena hipertensi. Program yang dijalankan oleh Puskesmas Kartasura yaitu berupa Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) serta penyuluhan yang hanya dilaksanakan sebulan sekali. Sehingga tingkat pengetahuan lansia terkait hipertensi masih terbilang rendah.

Penyakit Hipertensi disebut juga dengan *silent disease*, yang menyebabkan penderita tidak mengetahui jika mengidap penyakit hipertensi dikarenakan penderita tidak merasakan keluhan (KEMENKES, 2013). Terjadinya hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu bertambahnya usia yang menyebabkan meningkatnya resiko seseorang menderita hipertensi (Dinkes, 2019). Lansia atau lanjut usia yaitu seseorang yang berumur diatas 60 tahun. Lansia lebih rentan mengalami penyakit kardiovaskuler dibandingkan dengan yang memiliki usia muda. Pencegahan dalam terjadinya hipertensi dengan mengendalikan faktor risiko, yaitu menghindari konsumsi alkohol dan merokok, mengurangi konsumsi garam, meningkatkan makanan gizi seimbang, mengendalikan stress, dan beraktivitas fisik (Suprayitno dan Damayanti, 2020). Salah satu contoh aktivitas fisik yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan kegiatan senam hipertensi.

Senam hipertensi adalah senam yang ditunjukkan bagi seseorang yang menderita hipertensi dan lansia dengan tujuan mengurangi berat badan serta menurunkan tingkat stress yang merupakan faktor penyebab hipertensi. Senam hipertensi dilakukan selama 30 menit

minimal dua kali dalam seminggu (Sherwood, 2005 dalam Sumartini dkk, 2019). Selain itu tujuan senam tersebut dapat juga meningkatkan aliran darah dan kadar oksigen ke otot terutama pada otot jantung sehingga tekanan darah dapat turun (Totok dan Rosyid, 2017 dalam Sumartini dkk, 2019). Tingkat konsumsi makanan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang. Hal tersebut dapat dilakukan dengan penyuluhan kesehatan. Didalam rangkaian ini mencakup berbagai kegiatan, meliputi pemeriksaan tekanan darah, senam hipertensi, dan penyuluhan terkait hipertensi. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan berkolaborasi antara Mahasiswa Ilmu gizi bersama Mahasiswa Keperawatan.

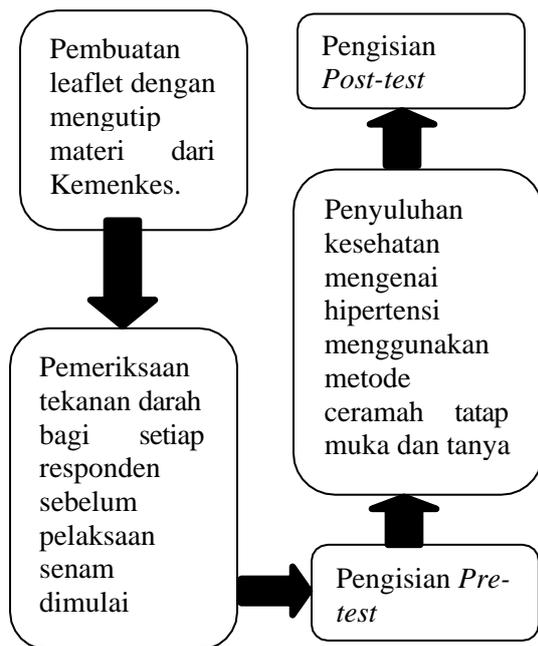
Berdasarkan pernyataan diatas, dilaksanakanlah penyuluhan terkait hipertensi di Kelurahan Ngadirejo untuk meningkatkan pengetahuan bagi lansia mengenai hipertensi.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui metode penyuluhan dengan responden para lansia (lanjut usia). Materi yang disampaikan dalam penyuluhan ini meliputi gambaran umum terkait hipertensi serta diet hipertensi sebagai bentuk pengendalian dan pencegahan terhadap penyakit hipertensi melalui perbaikan pola makan. Dalam kegiatan ini melibatkan 12 Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta terdiri atas 6 Mahasiswa Program Studi Keperawatan dan 6 Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada tanggal 3 Agustus 2022 mulai pukul 07.00 WIB – 09.00 WIB di Gedung Kelurahan Ngadirejo, Kartasura.

Tahap pertama dalam kegiatan ini adalah penyusunan materi yang dikutip dari materi kementerian kesehatan. Penyusunan materi terkait

gambaran umum hipertensi yang meliputi pengertian, komplikasi, tips mengontrol, mengendalikan dan mencegah hipertensi dilakukan oleh mahasiswa dari Program Studi Keperawatan. Sedangkan penyusunan materi terkait diet hipertensi yang meliputi pengertian, tujuan dan cara pengaturan diet, makanan yang dianjurkan, makanan yang harus dihindari serta contoh menu untuk diet hipertensi dilakukan oleh mahasiswa dari Program Studi Ilmu Gizi. Selanjutnya adalah tahap pelaksanaan penyuluhan kesehatan terkait hipertensi kepada para Lansia Pelangi Prameswari Kelurahan Ngadirejo, Kartasura. Kegiatan ini dimulai dengan pemeriksaan tekanan darah oleh mahasiswa Program Studi Keperawatan bagi setiap lansia yang hadir. Kemudian dilanjutkan dengan pengisian *pre-test* oleh para peserta. Selanjutnya masuk dalam kegiatan inti yaitu penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi menggunakan metode ceramah tatap muka dan tanya jawab dengan menggunakan media leaflet dan *powerpoint presentation*. Materi terkait gambaran umum penyakit hipertensi disampaikan oleh mahasiswa dari Program Studi Keperawatan sedangkan materi terkait diet hipertensi disampaikan oleh mahasiswa dari Program Studi Ilmu Gizi. Pada tahap akhir dalam kegiatan ini dilakukan evaluasi melalui pengisian *post-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman para lansia setelah diberikan penyuluhan kesehatan terkait hipertensi. Soal *pre-test* maupun *post-test* yang diberikan berjumlah 10 butir soal dengan pilihan jawaban benar atau salah.



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Table 1. Distribusi Pengetahuan

Pengetahuan	Hasil	
	Pretest N(%)	Posttest N(%)
Baik	15 (57.69)	19 (73.08)
Kurang	11 (42.31)	7 (26.92)
Jumlah	26 (100%)	26 (100%)

Berdasarkan tabel 1, dari 26 responden terjadi peningkatan pengetahuan baik dari *pre-test* ke *post test* sebesar 18.39%.

3.2. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Lansia Terhadap Prameswari

Table 2. Distribusi Nilai Maksimum, Minimum, Rata-rata, SD

Variabel	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean	SD
Pretest	4	9	6.69	1.350
Post test	5	10	8.96	1.311

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai *mean* yang didapatkan responden sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dan sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan sebesar 2.27.

Table 3. Hasil Uji Paired Sample Test

Variabel	Mean	p-value	α	Kesimpulan
Sebelum penyuluhan	6.69	0.0001	0.05	H ₀ ditolak
Setelah Penyuluhan	8.96	0.0001	0.05	H ₀ diterima

Tabel 3 menunjukkan uji statistik dengan menggunakan uji *Paired Samples Test* untuk pengetahuan hipertensi sebelum dan sesudah diberi penyuluhan tentang hipertensi dengan menggunakan media leaflet. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai $p < 0.05$, maka H₀ ditolak dan kesimpulannya ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberi penyuluhan tentang hipertensi dengan menggunakan media leaflet.

3.3. Pembahasan

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk membantu lansia agar memahami penyakit, penatalaksanaan, dan juga diet Hipertensi, di awal kegiatan dilakukan skrining dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah, dan dilanjutkan dengan pengerjaan *pre-test* yang didampingi oleh mahasiswa pengabdian untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi sebelum diberikan penyuluhan dan dilanjutkan dengan senam hipertensi. Setelah itu dimulai lah penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman lansia terkait penyakit hipertensi dengan menggunakan metode ceramah dan media yang digunakan adalah leaflet yang berisi tentang materi penatalaksanaan hipertensi

yang diisi oleh salah satu mahasiswa keperawatan dan diet hipertensi yang diisi oleh salah satu mahasiswa ilmu gizi. Pada akhir sesi juga diadakan *post test* untuk mengetahui keefektifitasan penyuluhan yang dilakukan.



Figure 1. Pemeriksaan Tekanan Darah

Dalam kegiatan ini lansia antusias untuk mengikuti runtutan acara, mulai dari pemeriksaan tekanan darah, senam hipertensi hingga kegiatan penyuluhan. Responden memperhatikan secara seksama saat mahasiswa pengabdian KKN IPE-AIK memaparkan materi, dan ketika sesi tanya jawab beberapa dari responden sangat aktif dalam mengutarakan pertanyaan-pertanyaan yang sesuai dengan materi dan apa yang dirasakan oleh individu.

Penyuluhan merupakan salah satu upaya untuk memberikan informasi, semakin banyak informasi yang didapat maka akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas (Sukanto, 2002). Penyuluhan ini dibantu dengan media leaflet. Menurut Muhroghibi (2001), leaflet merupakan salah satu alat peraga yang berfungsi sebagai alat bantu untuk memaparkan atau mempresentasikan sebuah materi (Hipertensi). Keunggulan leaflet antara lain: materi menjadi lebih menarik karena ada permainan warna, huruf dan animasi, baik animasi teks maupun animasi gambar atau foto.



Figure 2. Penyuluhan Kesehatan Hipertensi

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil dan penyuluhan mengenai hipertensi ini dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan dengan sesudah diberikan.

5. UCAPAN TERIMAKASIH (jika ada)

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Kartasura dan Kelurahan Ngadirejo yang sudah mengizinkan dan memfasilitasi kami melakukan pengabdian, serta peserta penyuluhan yaitu ibu-ibu lansia "Pelangi Prameswari" yang telah memberikan waktunya untuk mengikuti acara penyuluhan ini.

6. REFERENSI

Ariyanti, R., Preharsini, I.A., Sipolio B. W., (2020). Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74-82.

Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. (2019). Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2019. Sukoharjo: Dinas Kesehatan.

Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. (2020). Profil

- Kesehatan kabupaten
Sukoharjo 2020. Sukoharjo:
Dinas Kesehatan.
- KEMENKES. (2013). Pedoman
Teknis Penemuan dan
Tatalaksana Hipertensi.
Jakarta: Direktorat
Pengendalian Penyakit Tidak
Menular
- Sumartini, N. P., Zulkifli, & Made, A.
P. A. (2019). Pengaruh
Senam Hipertensi Lansia
terhadap Tekanan Darah
Lansia dengan Hipertensi di
Wilayah Kerja Puskesmas
Cakra Negara Kelurahan
Turida tahun 2019. *Jurnal;
Keperawatan Terpadu, 1(2),*
47-55.
- Suprayitno, E., Damayanti, C. N.
(2020). Intervensi Supportive
Educative Berbasis Caring
Meningkatkan Self care
Management Penderita
Hipertensi. *Jurnal
Keperawatan dan Kesehatan,*
8(3), 460-467.
- Suryani, I., Nitta, I. (2018). Dietetik
Penyakit Tidak Menular.
Kementrian Kesehatan:
Jakarta.
- Telaumbanua, A. C., Rahayu, Y.
(2021). Penyuluhan dan
Edukasi Tentang Penyakit
Hipertensi. *Jurnal Abdimas
Saintika, 3(1), 199.*
- WHO. (2015). *World Health Statistic
2015.*