

Penyuluhan Hipertensi Guna Meningkatkan Pengetahuan di Posyandu Lansia Brotoseno, Desa Ngabeyan, Kartasura

Pangih Priyo Wicaksono¹, Dimas Aji Wicaksono², Arifah Az-zahra³, Rega Sugianto⁴, Ika Purwaningsih⁵, Zahwa Putri Nurhandrita⁶, Irfan Ramadan⁷, Kartika Candra Kirana⁸, Nurjihan Luthfia Nabila⁹, Artha Senja Rahmadhani¹⁰, Hany Pratiwi¹¹, Salsabila Husniah Fadia¹².

¹Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: j120190037@student.ums.ac.id.

Abstrak

Keywords:
Penyuluhan,
Hipertensi,
Posyandu, Lansia,
Door to Door

Abstrak merupakan gambaran singkat dari keseluruhan artikel atau Artikel pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penyakit hipertensi di Desa Ngabeyan kecamatan Kartasura. Berdasarkan hasil observasi dan data sekunder yang diperoleh masih tingginya kasus hipertensi di desa tersebut serta berdasarkan informasi yang diperoleh masih rendahnya pengetahuan masyarakat terkait hipertensi. Oleh karena itu untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi melalui penyuluhan langsung di Posyandu Lansia Brotoseno dan Konseling Door To Door kepada peserta Posyandu Brotoseno yang tidak bisa mengikuti langsung kegiatan posyandu di tempat karena keterbatasan kondisi tubuh serta faktor usia dan kesehatan. Metode pelaksanaannya dimulai dari perencanaan serta persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Untuk tahap persiapan dan perencanaan dimulai dari berupa perizinan melalui bidan desa dan kader posyandu, selanjutnya tim menyusun bahan materi dan media penyuluhan berupa leaflet. Kemudian untuk pelaksanaannya dibagi menjadi 2 tim, tim pertama melakukan penyuluhan secara langsung di Posyandu, tim kedua melakukan penyuluhan secara individu melalui door to door. Evaluasi kegiatan konseling door to door dilakukan untuk mengetahui apakah program konseling berjalan dengan lancar dan sudah memenuhi target atau belum. Hal ini dapat dilihat dari keinteraktifan sasaran pada saat waktu konseling berlangsung, seperti para lansia yang kooperatif untuk di tensi serta diberikan intervensi untuk mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup yang sehat. Hasilnya terjadi peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan materi

1. PENDAHULUAN

UU Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 pasal 20 ayat 2 menyatakan bahwa Perguruan Tinggi berkewajiban menyelenggarakan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. Dengan dilaksanakannya kegiatan Tri Dharma tersebut diharapkan adanya kemandirian antara

perguruan tinggi dan masyarakat. Perguruan tinggi dikenal oleh masyarakat tidak hanya sebagai lembaga pendidikan tinggi semata, tetapi sebagai salah satu pusat atau sumber IPTEKS yang diperlukan untuk masyarakat. Perguruan tinggi merupakan investasi masyarakat yang diharapkan mempunyai nilai tambah hasil dari investasi tersebut untuk mengembangkan sumber daya manusia (SDM) itu sendiri.

Universitas Muhammadiyah Surakarta merupakan Perguruan Tinggi Swasta yang dari tahun ketahun mengelola kegiatan Tri Dharma secara seimbang, harmonis, dan terpadu dengan harapan agar out-come lulusan bukan hanya memiliki ilmu pengetahuan tetapi mampu mengimplementasikan dalam kehidupan nyata dengan mengabdikan diri kemasyarakat dengan diadakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata. Kegiatan ini merupakan kegiatan wajib lapangan bagi mahasiswa yang menempuh bagian akhir dari program pendidikan S-1. Salah satu tujuan program KKN ini yaitu masyarakat akan belajar dari mahasiswa dan sebaliknya mahasiswa akan banyak memperoleh pengetahuan dari masyarakat. Interaksi seperti inilah yang diharapkan akan muncul dan menjadikan program ini menjadi program yang menyenangkan dan mempunyai manfaat yang signifikan bagi mahasiswa Universitas / Institut / Sekolah Tinggi), masyarakat dan stakeholder / mitra.

Melalui program KKN ini diharapkan bagi mahasiswa/i jurusan S1 Kesehatan Masyarakat dan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta, diharapkan mahasiswa/ S1 Kesehatan Masyarakat dan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta dapat mengabdikan dirinya untuk masyarakat dan dituntut belajar mengaitkan antara dunia akademik-teoritik dengan dunia empirik-praktis bagi pemecahan permasalahan di masyarakat sehingga masyarakat mampu memberdayakan dirinya guna menolong diri mereka sendiri dan sekitarnya dan dapat memberikan sumbangan bagi penyelesaian persoalan yang ada di masyarakat.

Persoalan yang ada di masyarakat dan banyak dijumpai di Indonesia maupun di beberapa Negara yang ada di dunia yaitu penyakit hipertensi (tekanan darah tinggi). Hipertensi disebut “silent killer” karena biasanya orang yang menderita tidak mengetahui gejala sebelumnya dan tanda-tanda baru timbul ketika sistem organ tertentu mengalami kerusakan pembuluh darah. Hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia baik negara yang maju maupun negara berkembang. Penyakit hipertensi sekarang ini merupakan salah satu

penyakit yang tidak menular namun merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. apabila hipertensi yang tidak terkontrol maka memiliki peluang 7 kali lebih besar untuk terkenal penyakit stroke, 6 kali lebih besar mengalami penyakit jantung kongestif, dan 3 kali lebih besar terkenal penyakit serangan jantung.

Menurut WHO dalam jurnal (1) saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Wilayah afrika memiliki prevalensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 di antara 4

Lokasi pengabdian masyarakat kami bertempat di Dukuh Brotoseno, Desa Ngabeyan, Kecamatan Kartasura, Sukoharjo. Untuk masyarakat disana secara keseluruhan pengetahuan mengenai hipertensi belum maksimal. Oleh karena itu perlunya peningkatan pengetahuan dan pemahaman terkait hipertensi sebagai control perilaku dan pola makan.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengenalkan mahasiswa bagaimana keadaan realita dalam masyarakat dan untuk memberi waktu mahasiswa berinteraksi langsung dengan keluarga mitra ini bertujuan juga untuk keluarga mitra yaitu memberikan informasi tambahan kepada keluarga mitra dan juga memberikan lahan untuk tempat keluarga mitra mengkonsultasikan masalah kesehatan yang sedang dialami.

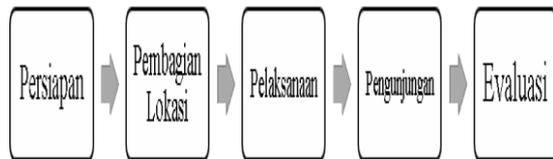
2. METODE

Mahasiswa KKN IPE-AIK FIK UMS Desa Ngabeyan, Kecamatan Kartasura pada Minggu 18 Juli 2022 telah melakukan Penyuluhan Hipertensi di Posyandu Lansia Brotoseno dan Konseling *Door To Door* pada Lansia Hipertensi yang tidak bisa mengikuti

langsung kegiatan posyandu di tempat karena keterbatasan kondisi tubuh serta faktor usia dan kesehatan. Sasaran dalam penyuluhan ini adalah lansia peserta Posyandu Brotoseno di Desa Ngabeyan berjumlah 20 orang dan pada lansia yang menderita hipertensi dilakukan secara *door to door* yang berjumlah 10 orang. Penentuan sasaran diambil berdasarkan kebutuhan penyuluhan. Kegiatan ini berfokus dengan memberikan konseling kepada lansia penderita hipertensi untuk mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup yang sehat agar lansia khususnya penderita hipertensi tekanan darahnya tetap normal.

Program ini dilaksanakan mulai pukul 08.00 hingga 11.00 WIB. Persiapan yang pertama kali dilakukan adalah berkoordinasi dengan bidan desa. Kemudian kegiatan berikutnya mempersiapkan tensimeter, materi yang akan diberikan, serta memastikan pembagian lokasi konseling *door to door* untuk pelaksanaan program ini.

Penyuluhan, pemberian intervensi, serta pengecekan tekanan darah di posyandu lansia sebanyak 4 mahasiswa, kemudian 8 mahasiswa lainnya melakukan konseling *door to door*.



Gambar 1. Alur Konseling *Door To Door*

Penentuan sasaran penyuluhan hipertensi konseling *door to door* melalui observasi serta hasil wawancara kepada bidan desa Ngabeyan, selain itu mengambil dari data sekunder berupa kunjungan posyandu lansia juga menjadi salah satu faktor untuk menentukan sasaran konseling.

Data yang didapatkan berupa data kualitatif. Analisis data dilakukan dengan mencari dan mengatur secara sistematis transkrip penyuluhan dan konseling serta catatan lapangan. Kegiatan analisis dilakukan dengan menelaah data, menata data, membagi menjadi satuan-satuan yang dapat dikelola, menemukan apa yang bermakna dan apa yang diteliti serta dilaporkan secara sistematis.

Evaluasi dari kegiatan penyuluhan secara langsung pada posyandu dan konseling *door to door* dilakukan untuk mengetahui

apakah program konseling berjalan dengan lancar dan sudah memenuhi target atau belum. Hal ini dapat dilihat dari keinteraktifan sasaran pada saat waktu konseling berlangsung, seperti para lansia yang kooperatif untuk di tensi serta diberikan intervensi untuk mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup yang sehat.

Pembuatan kesimpulan kegiatan penyuluhan secara langsung pada posyandu konseling *door to door* ini menggunakan data - data yang diperoleh dalam bentuk naratif, sehingga disederhanakan tanpa mengurangi isinya. Menarik kesimpulan dari data-data yang diperoleh untuk mencari makna data yang dikumpulkan dengan mencari hubungan, persamaan, atau perbedaan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan penyuluhan secara langsung pada posyandu dan konseling yang dilakukan secara *door to door* tersebut sedikit banyak masyarakat telah memahami mengenai hipertensi dari yang sebelumnya masyarakat belum banyak paham mengenai hal tersebut. Namun, sebelum dilakukannya konseling, terlebih dahulu kita mengecek atau mengukur tekanan darah pada masing-masing lansia, sehingga bagi lansia yang tekanan darahnya dalam kategori tinggi akan dilakukan konseling mengenai hipertensi.

Hasil lain dari konseling *door to door* menyatakan bahwa banyak dari sasaran yang mengidap penyakit penyerta dari hipertensi ini. Ada yang mengidap stroke, migrain, serta pusing karena kondisi badan yang kurang sehat.

Solusi yang kami berikan kepada lansia dengan kategori tekanan darah tinggi yaitu dengan memberikan ajakan dan himbauan kepada mereka untuk selalu mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup yang sehat



Gambar 2. Pengecekan tekanan darah

Penggunaan leaflet sebagai sarana untuk konseling dan catatan himbauan kepada masyarakat menjadi salah satu bahan yang dapat digunakan masyarakat karena dapat menjangkau sasaran yang lebih banyak dan tersebar lebih luas, leaflet dapat dibaca berulang-ulang sehingga memudahkan untuk memahami isinya. Selain itu, dengan membaca leaflet masyarakat dapat tergerak hatinya untuk membaca informasi mengenai hipertensi tersebut dan mencoba menerapkannya (2).

Hasil ini sangat relevan dengan penelitian sebelumnya mengenai hipertensi yang mengatakan bahwa dengan menggunakan cara penyuluhan peserta menjadi lebih paham tentang hal-hal mengenai hipertensi (3)

Namun, dengan menggunakan media leaflet seagai sarana untuk penyuluhan maupun konseling pun masih ada kekurangannya yaitu, tidak semua masyarakat akan membacanya karena tidak semua lansia masih bisa membaca, dan keterbatasan dengan kegiatan yang mereka lakukan.

Keberhasilan dari program ini tak luput dari koordinasi antar mahasiswa dengan badan desa serta para kader dari posyandu lansia Brotoseno. Antusiasme serta sifat kooperatif dari para sasaran juga menjadi faktor pendorong utama keberhasilan dari program ini.

Sasaran penyuluhan dan konseling *door to door* yang sebelumnya masih kurang dalam mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup yang sehat menjadi lebih baik setelah

diimplementasikannya ilmu dari penyuluhan dan konseling ini. Hal tersebut dapat terlihat dari dukungan keluarga dari sasaran yang selalu supportif dalam mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan, serta mengatur pola hidup pada saat waktu penyuluhan dan konseling ini dilakukan.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan dan konseling *door to door* hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Brotoseno memiliki dampak yang baik dalam membantu pemahaman mereka mengenai penyakit hipertensi, dapat dilihat dari antusiasme para lansia yang tinggi dan sangat kooperatif saat dilakukan penyuluhan dan konseling serta didapatkan bahwa setelah diadakannya pengukuran tensi ternyata banyak yang tekanan darahnya diatas normal. Penulis berharap Posyandu Lansia Brotoseno merutinkan pengecekan tekanan darah secara massal mengingat hipertensi merupakan penyakit yang membuat lansia berkurang dalam melakukan aktivitas apa pun.

REFERENSI

- Kadriati Erna, Hasifah, K. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Kepada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 5–6. <https://journal.stkip-andi-matappa.ac.id/index.php/matappa/index>
- Ruyadi, I., & Balai. (2015). Pemanfaatan brosur dan leaflet sebagai media informasi dan komunikasi pertanian. *Buletin Agro-Infotek*, 1(1), 67–71. <http://repository.pertanian.go.id/bitstream/handle/123456789/8780/9>.
- Pemanfaatan Brosur.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Septiana Kurniasari1, A. F. A. (2020). *DARMABAKTI Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Ibu-ibu*. 02(November), 74–78.

Ayu, D. I. (n.d.). *Kuliah Kerja Nyata Program Pemberdayaan Masyarakat Tematik (Kkn – Ppm – Tematik) Faham Hipertensi*. 1–24.