

EDUKASI PENATALAKSANAAN HIPERTENSI

¹Nila Rostarina, ²Rian Agus Setiawan, ^{3*}Gaung Eka Ramadhan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, Jakarta, Indonesia
Email : *gaungekaramadhan@gmail.com

Manuskrip: Mei -2023; Ditinjau: Mei -2023; Diterima: Juni -2023; Online: Juni-2023;
Diterbitkan: Juli-2023

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tekanan darah tinggi yang sangat mendapat perhatian di masyarakat bahkan bisa menimbulkan angka kesakitan dan kematian yang tinggi. Dampak dari edukasi penatalaksanaan hipertensi agar masyarakat mampu memahami bagaimana memberikan penatalaksanaan hipertensi. Manfaat untuk masyarakat meningkatkan pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi sehingga dapat mengontrol hipertensinya dan mengurangi angka kejadian komplikasi hipertensi. Metode dengan memberikan penyuluhan dan memberikan contoh obat tradisional dalam penatalaksanaan hipertensi yaitu dalam pembuatan rebusan daun salam.. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan sampai selesai. Penyuluhan dilakukan dengan interaktif antara narasumber dengan peserta. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat di RT 07/013 Grogol Selatan, Kebayoran Lama, Jakarta Selatan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta antusias dan dapat bekerjasama dengan baik.

Kata Kunci: Google, Formulir, Internet, Gmail, Teknologi Informasi

PENDAHULUAN

Penyakit darah tinggi yang lebih dikenal sebagai hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat, mengingat dampak yang ditimbulkannya baik jangka panjang maupun jangka pendek sehingga membutuhkan penanggulangan jangka panjang yang menyeluruh dan terpadu. Penyakit hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitasnya (Kematian) yang tinggi (Sevrita, 2019).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi dari berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. Berbagai penelitian ternyata prevalensi hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia. Dari berbagai penelitian epidemiologis yang dilakukan di Indonesia menunjukkan 1,8 - 28,6% penduduk yang berusia diatas 20 tahun adalah penderita hipertensi (Annisa Fatikha, 2022). Hipertensi saat ini dihubungkan dengan adanya gaya hidup masyarakat yang berhubungan dengan resiko penyakit hipertensi seperti stress, obesitas, kurangnya olahraga, merokok, alkohol dan makan-makanan yang tinggi kadar lemaknya. Sejalan dengan bertambahnya usia, hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah, tekanan sistolik terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan

diastolik terus meningkat sampai usia 55-60 tahun, kemudian berkurang secara perlahan atau bahkan menurun drastis (Putri, 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang sudah dilakukan di daerah Grogol Selatan di Rt 07/013 banyak lansia yang mengalami hipertensi yang tidak terkontrol. Dari 10 penderita hipertensi 5 orang sudah mengetahui hipertensi dan sudah minum obat hipertensi tetapi minum obatnya tidak rutin dan pola makannya masih tidak sesuai, 3 orang baru tau terkena hipertensi dan 2 orang sudah tau hipertensi tetapi belum minum obat.. Maka dari itu perlunya edukasi terkait penatalaksanaan hipertensi dan pola hidup sehat agar hipertensi dapat terkontrol.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode pendekatan yang ditawarkan untuk memberikan solusi untuk penatalaksanaan hipertensi dengan obat tradisional yaitu rebusan daun salam dengan mempraktekan cara pembuatannya di RT 07/013 Grogol Selatan, Kebayoran Lama, Jakarta Selatan. Alat dan bahan yang LCD, proyektor dan soundsystem. Prosedur kerja untuk mendukung realisasi metode dilakukan penyuluhan terkait indikator penatalaksanaan hipertensi di masyarakat, memberikan contoh tindakan penatalaksanaan hipertensi sehingga yang bisa dilakukan dibidang, monitoring dan evaluasi untuk memastikan program berjalan dengan baik sesuai tujuan kegiatan. Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini lakukan pada tanggal 4 Januari 2023, dan dilaksanakan di di RT 07/013 Grogol Selatan, Kebayoran Lama, Jakarta Selatan.

Materi Penyuluhan/Pelatihan

Proses pembelajaran yang umumnya diselenggarakan di sekolah-sekolah dan terdapat peraturan yang berlaku dan wajib untuk di ikuti apabila anda berada dalam pembelajaran di sekolah, kemudian terdapat pihak terkait dalam pengawasan proses pembelajaran di sekolah (Laka et al., 2018). Beberapa pengertian edukasi atau pendidikan menurut M.J.Langeveld (1995), seorang ahli pendidikan, yaitu :

- a) Pendidikan merupakan upaya manusia dewasa membimbing manusia yang belum dewasa kepada kedewasaan.
- b) Pendidikan ialah usaha menolong anak untuk melaksanakan tugas – tugas hidupnya, agar bisa mandiri, akil – balik, dan bertanggung jawab secara susila.
- c) Pendidikan adalah usaha mencapai penentuan diri dan tanggungjawab.

Edukasi atau disebut juga dengan pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan (Haridison, 2013). Hubungan antara masyarakat dan pemerintah dengan salah satu kebutuhan atas pendidikan dipahami dalam konteks organisasi, keberadaannya dapat dilihat dari sudut pandang jaringan sosial dalam suatu organisasi social (Rangkuti et al., 2021).

Pengertian lanjut usia Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis

(Marmoah, 2016). Lansia adalah seseorang yang telah berusia >60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Alfi & Yuliwar, 2018).

Bahan : Rebusan Daun salam

- a) Daun salam segar 7-15 lembar
- b) Air 3 gelas

Cara Membuat :

- a) Cuci daun salam sampai bersih
- b) Rebus daun salam sampai menyisakan air satu gelas.

Lalu minum air rebusan daun salam tersebut dua kali sehari

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan PKM secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut: 1. Keberhasilan target jumlah peserta pembinaan 2. Ketercapaian tujuan pembinaan 3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan 4. Meningkatnya pengetahuan lansia tentang penatalaksanaan hipertensi. Hal ini bertujuan agar kedepan para lansia seperti direncanakan sebelumnya adalah paling tidak 53 orang. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta tercapai 79,24%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan PKM dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil/ sukses. Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan kegiatan ini dapat tercapai. Ketercapaian target materi pada kegiatan PKM ini cukup baik, karena materi Edukasi Penatalaksanaan hipertensi dapat disampaikan secara maksimal.



Gambar 1. Hasil Kegiatan PKM

KESIMPULAN

Program pengabdian pada masyarakat berupa penatalaksanaan hipertensi pada Lansia. Hal ini bertujuan agar kedepan program pengabdian pada masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti pendampingan dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu pelatihan berakhir

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Mojolangu Kota Malang. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 25–36.
- Annisa Fatikha, R. (2022). *Peran Apoteker dalam Pelayanan Kefarmasian di Rumah (Home Pharmacy Care) pada Kelompok Pasien Lanjut Usia di Kelurahan Sidanegara*. Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- Haridison, A. (2013). Modal Sosial dalam Pembangunan. *JISPAR: Jurnal Ilmu Sosial, Politik Dan Pemerintahan*, 4, 31–40.
- Laka, O. K., Widodo, D., & Rahayu, W. (2018). Hubungan Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Banjarejo Kecamatan Ngantang Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1), 22–32.
- Marmoah, S. (2016). *Administrasi dan Supervisi Pendidikan Teori dan Praktek*. Deepublish.
- Putri, D. A. (2019). *Status Psikososial Lansia di Pstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta Tahun 2019*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Rangkuti, W. F. S., Rahayu, H., & Hutapea, B. (2021). Dukungan Sosial Keluarga Berhubungan dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 171–178.
- Sevrita, I. E. (2019). *Gambaran Faktor Penyebab Risiko Jatuh pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Budi Luhur Kasongan Bantul*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.