

## **PENGGUNAAN SISTEM KSH (KALENDER SEHAT HIPERTENSI) DALAM PEMANTAUAN PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KLEPU**

**Maulida Izzatin Ni'mah<sup>1</sup>, Ratna Agustina<sup>2</sup>, Maulidta Karunianingtyas Wirawati<sup>3</sup>**

<sup>1,2)</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Bisnis dan Teknologi,

Universitas Widya Husada Semarang

<sup>3)</sup>Dosen Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan Bisnis dan Teknologi,

Universitas Widya Husada Semarang

*e-mail:* maulidaizzatin1305@gmail.com

### **Abstrak**

Hipertensi masih merupakan masalah besar di indonesia dengan prevalensi sebesar 25,8%. Pada tahun 2012, desa Klepu mempunyai prevalensi hipertensi sebesar 2,1%, menurut kasus yang terdapat di Puskesmas di desa Klepu, puskesmas Klepu memiliki kasus hipertensi terbesar yaitu sebesar 113 kasus. Angka ini menunjukan bahwa kejadian penyakit degeneratif di desa berkembang tidaklah sedikit. Peningkatan kasus ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kurangnya pengetahuan, sikap yang dimiliki masyarakat mengenai hipertensi sehingga masyarakat memiliki perilaku yang rendah dalam melakukan pencegahan hipertensi. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode webinar merupakan cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pemanfaatan teknologi dan pengetahuan. Metode yang digunakan adalah dengan seminar pada kader Posyandu Rukun Abadi V di desa Klepu.

**Kata kunci:** Tekanan Darah, Hipertensi, Penderita Hipertensi

### **Abstract**

Hypertension is still a big problem in Indonesia with a prevalence of 25.8%. In 2012, Klepu village had a hypertension prevalence of 2.1%, according to cases found in health centers and in Klepu village, Klepu health centers had the largest hypertension cases, amounting to 113 cases. This figure shows that the incidence of degenerative diseases in developing village is not small. This increase in cases is caused by several factors, namely lack of knowledge, attitudes that people have about hypertension so that people have low behavior in preventing hypertension. Health education using the webinar method is a way that can be done to increase public awareness about the use of technology and knowledge. The method used is a seminar for Posyandu Rukun Abadi V cadres in Klepu village.

**Keywords:** Blood pressure, Hypertension, Hypertension Sufferers

### **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi. Kasus hipertensi global diestimasi sebesar 22% dari total populasi dunia. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah (Kemenkes, 2019). Pada tahun 2015 diperkirakan bahwa 1 dari 4 laki-laki dan 1 dari 5 perempuan menderita hipertensi (WHO, 2019). Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapati bahwa prevalensi hipertensi mencapai angka 34,11% pada penduduk >18 tahun. Seseorang akan lebih rentan mengalami hipertensi apabila terdapat anggota keluarga dengan riwayat penyakit hipertensi. Selain itu, seseorang berusia di atas 65 tahun dan mempunyai penyakit bawaan seperti diabetes dan gangguan ginjal juga berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Faktor risiko hipertensi yang bisa kita kontrol dapat hadir dari pola makan yang tidak sehat, gaya hidup sedenter, konsumsi rokok dan alkohol, serta obesitas. (WHO, 2019).

Hipertensi juga dikenal sebagai salah satu silent killer yang kerap tidak disadari oleh penderitanya karena tidak bergejala. Akan tetapi, gejala seperti pusing, mimisan, detak jantung tidak normal, pandangan kabur, dan telinga yang berdenging dapat terjadi apabila hipertensi sudah pada tahap yang lebih parah. Apabila tidak terkontrol, hipertensi berpotensi menimbulkan sakit dada, serangan jantung, stroke, bahkan kematian mendadak. Oleh karena itu, pemeriksaan tekanan darah rutin sangat krusial untuk dilakukan sebagai upaya pencegahan hipertensi dan penyakit-penyakit yang mungkin timbul akibatnya.

Kegiatan pengabdian ini adalah kader posyandu rukun abadi v di desa Klepu. Berdasarkan Seminar yang diselenggarakan oleh mahasiswa dari universitas widya husada semarang, bahwa kader sangat membantu untuk mendiagnosa dan memberi informasi tentang hipertensi secara sistem. Berdasarkan studi pendahuluan wawancara kepada kader bahwa masih banyak masyarakat Klepu sebagai penderita hipertensi yang belum menyadarinya. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Menurut World Health Organization (WHO, 1999). Maka dari itu kader membutuhkan banyak waktu untuk mengetahui bahwa warga di desa Klepu mengalami hipertensi atau tidak. Dari landasan tersebut kami membuat sebuah sistem dimana untuk memudahkan pada kader mengetahui tentang kondisi pasiennya yang hipertensi yaitu KSH (Kalender Sehat Hipertensi).

## METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

Tahap 1: Perijinan dan observasi awal

Permohonan ijin pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan mengajukan permohonan ijin ke ketua Kader Posyandu Abadi V, sekaigus dilakukan observasi data awal.

Tahap 2: Persiapan

Tahap kedua yaitu mempersiapkan segala peralatan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat, diantaranya tempat pelaksanaan, peralatan penunjang, serta materi yang akan di berikan kepada Kader Posyandu.

Tahap 3: Pelaksanaan

Tahap ketiga yaitu dengan memberikan edukasi kepada Kader Posyandu.

Tahap 4: evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan menindaklanjuti kegiatan edukasi yang sudah diberikan. Evaluasi dengan cara melihat apakah kader sudah bisa menggunakan KSH (Kalender Sehat Hipertensi).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh Kader Posyandu mulai dari kegiatan edukasi sampai dengan evaluasi.

### 1. Tahap Persiapan

Pada tanggal 1 Agustus 2022 tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat melakukan pertemuan awal dengan ketua Kader Posyandu Rukun Abadi V untuk membahas pelaksanaan pengabdian yang dilakukan di Posyandu tersebut. Hal yang dibahas antara lain data pasien Hipertensi yang ada di posyandu Rukun Abadi V, tata cara penggunaan KSH (Kalender Sehat Hipertensi) serta pola hidup sehat untuk pasien hipertensi. Diketahui bahwa di Posyandu Rukun Abadi V ada beberapa Pasien hipertensi yang lalai dengan pola hidup sehat, jarang meminum obat dan mengabaikan kesehatan. Bahkan masih banyak masyarakat yang belum menyadari atau mengetahui tentang status kesehatan dirinya, dan beberapa masyarakat masih belum memahami tentang teknologi informasi. Maka dari itu, seiring berkembangnya dunia digital tim juga ingin masyarakat Jepara serta kader bisa meningkatkan kemampuan di bidang teknologi untuk menunjang dan mempermudah kehidupan sehari-hari dan pekerjaan. Dari hasil observasi tersebut kemudian tim mengambil keputusan untuk melaksanakan pengabdian masyarakat.

### 2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada kader dilakukan pada tanggal 2 Agustus 2022 bertempat di posyandu Rukun Abadi V, Peserta 3 orang yaitu anggota kader posyandu Rukun Abadi V. Pada pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan beberapa tahap antara lain:

- a. Tim pengabdian mengkondisikan ruangan agar siap digunakan pengabdian masyarakat dan kesiapan sistem yang akan dijelaskan kepada kader beserta peralatan seperti laptop, charger dan lain sebagainya.



- b. Setelah ruangan siap dan peserta memasuki ruangan, maka dilakukan pembukaan dari ketua tim pengabdian.
- c. Kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi tata cara penggunaan dan praktik pemakaian KSH (Kalender Sehat Hipertensi) kepada kader.



- d. Setelah itu dilanjutkan dengan evaluasi tentang materi yang sudah di berikan dengan memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan tatacara penggunaan KSH (Kalender Sehat Hipertensi) yang sudah disampaikan sebelumnya. Selain itu kader juga mempraktikkan penggunaan sistem yang sudah dijelaskan oleh tim. Peserta yang bisa menjawab pertanyaan dengan benar akan diberikan doorprize dari tim.
- e. Kegiatan diakhiri dengan penutupan, yaitu merefleksikan kembali tentang apa yang sudah dipelajarai hari itu dan apa tindakan yang akan dilakukan peserta ke depannya.

## SIMPULAN

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada kader tentang penggunaan kalender sehat hipertensi. Sehingga mampu menggunakan kalender sehat hipertensi untuk memantau pasien, selain itu memberikan edukasi kepada pasien hipertensi untuk melakukan kebiasaan pola hidup sehat. Harapannya ada sistem kalender sehat hipertensi dapat mendampingi pasien hipertensi dengan pengendalian hipertensi berupa pengobatan yang rutin, olahraga teratur, diet makanan rendah garam, dan lain sebagainya sehingga tekanan darah terkendali dengan baik.

## SARAN

Pengabdian selanjutnya disarankan untuk memantau perkembangan penggunaan KSH (Kalender Sehat Hipertensi) dan memberikan edukasi secara langsung kepada pasien tata cara menggunakan KSH (Kalender Sehat Hipertensi) dengan semaksimal mungkin untuk mendampingi pasien hipertensi, sehingga terkendala dan terpantau tentang status kesehatan pasien.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan pengabdian. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membimbing mulai dari penyusunan proposal sampai dengan penyusunan artikel pengabdian.

## DAFTAR PUSTAKA

- (RISKESDAS), K. K. (2018). Riset kesehatan dasar Republik Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Egejuru N. C., O. O. (2019). Development of a Mobile-Based Hypertension Risk Monitoring System. International of Information Engineering and Electronic Business, 4; 11-23.
- Egejuru N. C., O. O. (2019). Development of a Mobile-Based Hypertension Risk Monitoring System. International of Information Engineering and Electronic Business, 11-23.
- Ghuman, S. S. (2014). Software Testing Techniques. International Journal of Computer Science and Mobile Computing, 1-6.
- League, W. H. (2021). World Hypertension. p. Mei. Retrieved from <https://www.whleague.org/index.php/features/world-hypertension-day>
- Liena Sofiana, Y. P. (2018, April). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat, 2, pp. 171-176.
- Organization, W. H. (2021, Mei 17). Hypertension. Retrieved from (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>)
- RI, K. K. (2021, Mei 17). Info Data dan Informasi: Hipertensi. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>