

Pendidikan Kesehatan Pada Lansia Yang Minum Obat Hipertensi Di Desa Wangurer Kecamatan Likupang Selatan

Kartini Massa

Akper Rumkit Tk.III Manado

Email: thinim21@gmail.com

Abstrak

Hipertensi lebih sering diderita oleh lanjut usia karena perubahan fisiologis terutama pada sistem peredaran darah yaitu kekakuan pada arteri yang cenderung meningkatnya tekanan darah, selain itu menurunnya kemampuan berpikir mulai menurun karena pertambahan usia menjadi penyebab lansia tidak patuh terhadap pengobatan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan wawasan pengetahuan lansia tentang hipertensi dan penatalaksanaan hipertensi terutama keteraturan minum obat untuk mengontrol tekanan darah serta kontrol tekanan darah secara teratur. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini ialah ceramah, diskusi dan pemberian leaflet tentang hipertensi. Hasil dari pengabdian masyarakat ini meningkatnya pengetahuan lansia tentang hipertensi terutama dalam mempertahankan tekanan darah tetap stabil dengan minum obat sesuai dosis, waktu dengan benar dan melakukan kontrol tekanan darah secara teratur. Dapat disimpulkan bahwa melalui pemberian pendidikan kesehatan pada lansia yang minum obat dapat merubah perilaku lansia untuk teratur minum obat dalam mengontrol tekanan darah.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Lansia, Hipertensi

Abstract

Hypertension is more often suffered by the elderly because of physiological changes, especially in the circulatory system, namely stiffness in the arteries which tends to increase blood pressure, besides that the decreased ability to think begins to decline because age is the cause of the elderly not complying with treatment. This community service aims to increase insight knowledge of the elderly about hypertension and hypertension management, especially the regularity of taking medication to control blood pressure and control blood pressure regularly. The methods used in this activity are lectures, discussions and leaflets about hypertension. The results of this community service increase the knowledge of the elderly about hypertension, especially in maintaining stable blood pressure by taking medication according to the correct dose, time and controlling blood pressure regularly. It can be concluded that through the provision of health education to the elderly who take medication can change the behavior of the elderly to regularly take medication in controlling blood pressure.

Keywords: Health Education, Elderly, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang penderitanya sebagian besar lansia. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa hipertensi juga diderita oleh sebagian besar penderitanya ialah usia muda. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang, diperkirakan sekitar 29% warga

dunia terkena hipertensi. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi tertinggi penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Pada kawasan Asia penyakit hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita hipertensi (Tarigan dkk., 2018)

Menurut *Department of Health and Human Service* (Kementerian Kesehatan, 2013), hipertensi ditemukan terbanyak pada populasi berusia di atas 65 tahun dengan prosentase 60-70%. Jenis hipertensi yang khas sering ditemukan pada lansia adalah *Isolated Systolic Hypertension* (ISH), di mana tekanan sistolik saja yang tinggi (di atas 140 mmHg), namun tekanan diastolik tetap normal (di bawah 90 mmHg). Lansia sering terkena hipertensi disebabkan karena kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Pertambahan usia pada usia lanjut menyebabkan menurunnya elastisitas pembuluh darah perifer yang akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer yang pada akhirnya akan meningkatkan terjadinya hipertensi sistolik. Berbagai perubahan fisiologis yang terjadi pada berbagai organ tubuh terutama system peredaran darah salah satunya kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat, selain itu kesehatan mental seperti kemampuan berpikir misalnya mengingat mulai menurun dan berpengaruh pada kepatuhan minum obat lansia dibandingkan dengan usia muda (Harmili & Huriah, 2019)

Meningkatnya angka kesakitan dan kematian pada penderita penyakit kronik salah satunya ialah hipertensi disebabkan karena ketidak patuhan dalam menjalani pengobatan dalam jangka panjang, melalui pengobatan yang teratur dan control terhadap tekanan darah mengurangi resiko rusaknya organ tubuh yang lain karena tekanan darah yang tinggi (Pramana dkk., 2019).

Kepatuhan lansia dalam minum obat antihipertensi menjadi salah satu faktor penentu dalam mengendalikan tekanan darah. Kepatuhan terhadap pengobatan didefinisikan sebagai perilaku seorang pasien dalam mentaati aturan, nasihat yang dianjurkan oleh petugas kesehatan selama menjalani pengobatan. Anjuran untuk mengikuti aturan dalam mengkonsumsi obat hipertensi secara teratur berguna untuk mengontrol tekanan darah, sehingga memerlukan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat hipertensi tersebut. Lamanya pengobatan memunculkan rasa bosan, jenuh terhadap pengobatan yang dijalani, sehingga semakin lama menjalani pengobatan hipertensi menjadi penyebab ketidak patuhan dalam menjalani pengobatan (Afina, 2018). (Proboningsih & Almahmudah, 2019) di Wilayah Kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya dengan melibatkan 30 responden menyimpulkan bahwa 90% responden tidak patuh terhadap pengobatan hipertensi. Penggunaan konsumsi obat hipertensi dalam jangka waktu yang lama menimbulkan stres, kurangnya dukungan dan perawatan selama pengobatan hipertensi menjadi salah satu penyebab tidak patuh dalam pengobatan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian oleh (Massa & Manafe, 2021), menyatakan bahwa masih ada 43.7% lansia tidak patuh terhadap pengobatan hipertensi di Desa Wangurer, sehingga perlu dilakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media leaflet, ceramah mengenai hipertensi dan pencegahannya. Berdasarkan uraian permasalahan tersebut maka perlu dilakukan pendidikan kesehatan pada lansia melalui pengabdian pada masyarakat khususnya lansia dengan hipertensi untuk meningkatkan kepatuhan dalam minum obat hipertensi di Desa Wangurer Kecamatan Likupang Selatan, Kabupaten Minahasa Utara.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini ialah ceramah, diskusi dan pemberian leaflet tentang hipertensi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Mei 2021. Bentuk kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan mengumpulkan lansia hipertensi yang minum obat hipertensi sejumlah 32 lanjut usia. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan wawasan pengetahuan lansia tentang hipertensi seperti pengertian, tanda dan gejala, bahaya dan resiko dari penyakit hipertensi juga

meningkatnya pemahaman lanjut usia dalam mempertahankan tekanan darah tetap stabil dengan minum obat sesuai dosis, waktu dengan benar dan melakukan kontrol tekanan darah secara teratur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Mei 2021, Pukul 08.00-12.00 di balai Desa Wangurer Kecamatan Ikuwang Selatan sebanyak 32 lanjut usia dengan karakteristik sebagai berikut;

Tabel 1. Karakteristik Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Wangurer

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persent (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	17	53.1
Perempuan	15	46.9
Umur		
>69 Tahun	22	68.8
>90 Tahun	10	31.3
Pekerjaan		
IRT (Ibu Rumah Tangga)	15	46.9
Petani	14	43.8
Pensiunan PNS	3	9.3
Total	32	100

Peserta yang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan yaitu penyuluhan mengenai hipertensi pada lansia yang minum obat hipertensi sebagian besar berjenis kelamin laki-laki 53%, usia sebagian besar 68,8% dan lansia dengan pekerjaan ibu rumah tangga sebesar 46.9%. Pemberian penyuluhan ini dilaksanakan setelah dilakukan penelitian dan didapatkan dari 32 lansia yang minum obat hipertensi sebanyak 14 orang atau 43.7% lansia yang tidak patuh terhadap pengobatan hipertensi (Massa dan Manafe, 2021). Melalui edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi, komplikasi maupun penatalaksanaan seperti keteraturan dalam minum obat, control tekanan darah teratur. Pasien hipertensi yang telah diberikan pendidikan kesehatan mengalami perubahan perilaku dalam mengelola tentang penyakit hipertensi baik komplikasi yang ditimbulkan, penatalaksanaan, selalu mengontrol tekanan darah, memperbaiki pola hidup seperti mengurangi konsumsi makan tinggi garam, menghindari merokok, minum alcohol merupakan upaya dalam mengontrol tekanan darah (Islamiaty & Manto, 2020).



Gambar 1. Penjelasan Kepatuhan Minum Obat Pada Lansia



Gambar 2. Pemberian Materi Hipertensi



Gambar 3. Foto Bersama Perangkat Desa

Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik, selama pemaparan materi berlangsung, para lansia antusias mengikuti materi. Setelah pemaparan materi diberikan kesempatan kepada para lansia untuk memberikan pertanyaan terkait dengan hipertensi, yaitu:

Tabel.2 Pertanyaan Lansia Yang Minum Obat Hipertensi

No	Pertanyaan	Penjelasan
1	Kalau tidak minum obat hipertensi, bahaya apa saja yang bisa muncul?	Apabila tidak minum obat hipertensi dengan tidak teratur dapat meningkatkan tekanan darah tiba-tiba dan membahayakan organ tubuh lainnya seperti penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah pada otak mengakibatkan stroke, gagal jantung, rusaknya ginjal, rusaknya pembuluh darah di mata yang menyebabkan terganggunya penglihatan sehingga obat yang diresepkan oleh dokter harus diminum secara teratur.
2	Bila kepala tidak sakit, tidak pusing, penglihatan baik apakah perlu teratur control tekanan darah?	Iya...sangat perlu untuk mengontrol tekanan darah secara teratur, karena melalui control tekanan darah dapat diketahui adanya perubahan apakah rendah atau ada kenaikan dari tekanan darah sehingga perlu diambil langkah yang tepat untuk dilakukan penanganan.
3	Apabila tekanan darah normal, apakah perlu berhenti minum obat?	Tidak dianjurkan untuk berhenti minum obat, karena pada saat berhenti minum obat, bisa saja terjadi kenaikan tekanan darah sehingga terjadi komplikasi yang lebih berat, sebaiknya tetap mematuhi aturan minum obat, selalu control tekanan darah, juga hidup sehat dengan banyak mengonsumsi sayur-sayuran, buah, mengurangi makanan tinggi garam, olahraga teratur, menghindari minum alkohol, kafein.
4	Sering lupa membawa dan minum obat karena bekerja di kebun, apakah perlu menaikkan dosis?	Sebaiknya selalu membawa obat saat bepergian, serta menghabiskan obat sesuai dosis yang diresepkan oleh dokter. memeriksakan diri ke dokter apakah perlu dosis diturunkan atau ditambah, jadi tidak dianjurkan untuk menghentikan minum obat tanpa konsultasi dengan dokter

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik dan lancar, karena adanya dukungan dari pemerintah Desa Wangurer juga partisipasi dari para lansia. Melalui pendidikan kesehatan ini diharapkan meningkatnya wawasan pengetahuan lansia tentang hipertensi seperti pengertian, tanda dan gejala, bahaya dan resiko dari penyakit hipertensi juga meningkatnya pemahaman Lansia dalam mempertahankan tekanan darah tetap stabil dengan minum obat sesuai dosis, waktu dengan benar dan melakukan kontrol tekanan darah secara teratur melalui pemanfaatan posyandu lansia yang dilaksanakan seminggu sekali di Balai Desa.

DAFTAR PUSTAKA

- Afina, N. A. (2018). Gambaran Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Pada Lansia Hipertensi di Posbindu Sumber Sehat Desa Kangkung Mragen. <http://repository.unimus.ac.id/>
- Harmili, & Huriah, T. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Pada Lansia: A Literature Review. *Journal Of Ners Community*, 10, Nomor 01, 115–131.
- Islamiaty, I. N., & Manto, O. A. D. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Hipertensi Studi Narrative Review. *Journal of Nursing Invention*, Vol 1 No. 2.
- Kementerian Kesehatan. (2013). Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kesehatan Republik Indonesia. <https://pusdatin.kemendes.go.id>
- Massa, K., & Manafe, L. A. (2021). Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia. *Journal of Public Health*., Volume 2 Nomor 2.
- Pramana, G. A., Dianingati, R. S., & Saputri N,E. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Peserta Prolanis di Puskesmas Pringapus Kabupaten Semarang. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, Vol. 2 No.1, 52–58.
- Proboningsih, J., & Almahmudah, M. (2019). Gambaran Kepatuhan Diet Dan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Poltekkes Kemenkes Surabaya*, 6–10.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di desa Hulu Kecamatan Pancur Batu. *Jurnal Kesehatan*, 11 No.1. <https://doi.org/DOI : 10.24252/jkesehatan.v11i1.5107>