

## PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN LANSIA DI DESA SALO TIMUR

Rizki Rahmawati Lestari<sup>1</sup>, Zurrahmi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Kampar, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Kampar, Indonesia  
[rizkirahmawati48@gmail.com](mailto:rizkirahmawati48@gmail.com)

**Abstrak:** Dewasa ini masyarakat sudah tidak asing lagi mendengar kata Hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai di masyarakat, dan merupakan penyakit yang terkait dengan sistem kardiovaskuler. Hipertensi memang bukan penyakit menular, namun kita juga tidak bisa menganggapnya sepele, selayaknya kita harus senantiasa waspada. Tekanan Darah tinggi atau Hipertensi dan arterosclerosis (pengerasan arteri) adalah dua kondisi pokok yang mendasari banyak bentuk penyakit kardiovaskuler. Lebih jauh, tidak jarang tekanan darah tinggi juga menyebabkan gangguan ginjal. Sampai saat ini, usaha-usaha baik untuk mencegah maupun mengobati penyakit hipertensi belum berhasil sepenuhnya, hal ini dikarenakan banyak faktor penghambat yang mempengaruhi seperti kurang pengetahuan tentang hipertensi (pengertian, klasifikasi, tanda dan gejala, sebab akibat, komplikasi) dan juga perawatannya. Saat ini, angka kematian karena hipertensi di Indonesia sangat tinggi. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas normal, yaitu 140/90 mmHg. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Balitbangkes tahun 2007 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia). Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke. Sedangkan sisanya pada jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Sementara di dunia Barat, hipertensi justru banyak menimbulkan gagal ginjal, oleh karena perlu diadakan upaya-upaya untuk menekan angka peyakit hipertensi terlebih bagi penderita hipertensi perlu diberikan perawatan dan pengobatan yang tepat agar tidak menimbulkan komplikasi yang semakin parah. Selain itu pentingnya pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi juga sangat diperlukan untuk melakukan implementasi yang benar pada pasien hipertensi. Diharapkan dengan adanya penagabdian masyarakat tentang gangguan hipertensi ini dapat memberi asuhan keperawatan yang tepat dan benar bagi penderita hipertensi dan dapat mengurangi angka kesakitan serta kematian karena hipertensi dalam masyarakat.

**Kata Kunci:** Lansia, Pemeriksaan kesehatan, Penyuluhan

**Abstract:** Nowadays people are no stranger to hearing the word Hypertension. Hypertension is a disease that is commonly found in the community, and is a disease associated with the cardiovascular system. Hypertension is not a contagious disease, but we also cannot take it lightly, we should always be vigilant. High blood pressure or hypertension and atherosclerosis (hardening of the arteries) are the two main conditions that underlie many forms of cardiovascular disease. Furthermore, it is not uncommon for high blood pressure to also cause kidney problems. Until now, both efforts to prevent and treat hypertension have not been fully successful, this is due to many influencing factors such as lack of knowledge about hypertension (understanding, classification, signs and symptoms, causes and complications) and also its treatment. Currently, the death rate due to hypertension in Indonesia is very high. Hypertension is the number 3 cause of death after stroke and tuberculosis, which reaches 6.7% of the population of deaths at all ages in Indonesia. Hypertension is a circulatory system disorder that causes an increase in blood pressure above normal, which is 140/90 mmHg. The results of the Basic Health Research (Riskesdas) Balitbangkes in 2007 showed the prevalence of hypertension nationally reached 31.7% (Ministry of Health of the Republic of Indonesia). Of that amount, 60% of people with hypertension end up in a stroke. While the rest in the heart, kidney failure, and blindness. While in the Western world, hypertension actually causes kidney failure, because efforts need to be made to reduce the number of hypertension disease, especially for people with hypertension need to be given proper care and treatment so as not to cause complications that are getting worse. In addition, the importance of providing nursing care to hypertensive patients is also very necessary to carry out the correct implementation in hypertensive patients. It is hoped that with this community service about

*hypertension disorders, it can provide appropriate and correct nursing care for people with hypertension and can reduce morbidity and mortality due to hypertension in the community.*

**Keywords:** *Elderly, Medical Examination, Counseling*

## **Pendahuluan**

Tekanan darah atau biasa dikenal dengan Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan yang memberikan gejala berlanjut pada suatu organ target di tubuh. Hal ini dapat menimbulkan kerusakan yang lebih berat, misalnya stroke (terjadi pada otak dan menyebabkan kematian yang cukup tinggi), penyakit jantung koroner (terjadi kerusakan pembuluh darah jantung), dan hipertrofi ventrikel kiri (terjadi pada otot jantung). Hipertensi juga dapat menyebabkan penyakit gagal ginjal, penyakit pembuluh lain dan penyakit lainnya (Syahrini *et al.*, 2012). Umumnya penyakit hipertensi terjadi pada orang yang sudah berusia lebih dari 40 tahun. Penyakit ini biasanya tidak menunjukkan gejala yang nyata dan pada stadium awal belum menimbulkan gangguan yang serius pada kesehatanenderitanya (Gunawan, 2012). Di dunia diperkirakan 7,5 juta kematian disebabkan oleh tekanan darah tinggi. Pada tahun 1980 jumlah orang dengan hipertensi ditemukan sebanyak 600 juta dan mengalami peningkatan menjadi hampir 1 milyar pada tahun 2008 (WHO, 2013). Hasil riset WHO pada tahun 2007 menetapkan hipertensi pada peringkat tiga sebagai faktor resiko penyebab kematian dunia. Hipertensi telah menyebabkan 62% kasus stroke, 49% serangan jantung setiap tahunnya (Corwin, 2007). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini masih menjadi masalah di Indonesia. Data Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa sekitar 25,8 persen penduduk Indonesia mengidap hipertensi. Di tahun 2016, Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) menyebut adanya kenaikan persentase penduduk yang mengidap hipertensi menjadi 32,4 persen. Hipertensi menjadi berbahaya karena memiliki banyak komplikasi. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu gaya hidup dengan pola makan yang salah, jenis kelamin, latihan fisik, makanan, stimulan (zat-zat yang mempercepat fungsi tubuh) serta stres (Jono, 2009). Bo Hu *et al.*, (2015) dalam penelitiannya menemukan bahwa stres psikologis dikaitkan dengan risiko yang lebih besar terjadi hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami stress psikologis yang bisa mencapai sekitar 9 %.

Saat ini upaya penanggulangan penyakit hipertensi belum menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan, walaupun diketahui dampak negatif yang ditimbulkannya cukup besar antara lain karena penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang memberi gejala yang berlanjut untuk suatu target organ, seperti stroke untuk otak,

penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan untuk otot jantung. Penyakit ini telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia maupun di beberapa negara yang ada di dunia (Armilawaty dkk, 2007). Semakin meningkatnya populasi usia lanjut maka jumlah pasien dengan hipertensi kemungkinan besar juga akan bertambah (Yogiantoro, 2006). Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama di negara berkembang tahun 2025 dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000, diperkirakan menjadi 1,15 milyar kasus di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi saat ini dan penambahan penduduk saat ini (Armilawaty dkk, 2007). Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar kasus hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 2.214 kasus. Dan kasus terbanyak terdapat di Desa Salo Timur, kecamatan Salo, Kabupaten Kampar. Mengingat insidensi hipertensi yang terus meningkat dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, maka perlu dilakukan Penyuluhan dan Pemeriksaan kesehatann lansia tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan tekanan darah agar masyarakat pada umumnya dapat memantau kondisi kesehatannya dengan lebih mudah.

Berdasarkan perubahan demografi pada masyarakat tanpa mempertimbangkan perubahan gaya hidup, diperkirakan penderita hipertensi akan meningkat dengan cepat dalam 15 tahun mendatang terutama pada negara berkembang. Saat ini upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi belum menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan, walaupun diketahui dampak negatif yang ditimbulkannya cukup besar antara lain stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan untuk otot jantung. Mengingat insidensi hipertensi yang terus meningkat dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, maka perlu dilakukan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan tekanan darah agar lansia di Desa Salo Timur dapat memantau kondisi kesehatannya dengan lebih mudah.

## **Metode**

Sasaran dalam kegiatan ini adalah para lansia di Desa Salo Timur Wilayah Kerja Puskesmas Salo berjumlah 77 orang. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah berupa penyuluhan kesehatan dan diskusi dengan peserta. Kegiatan ini bertempat di Aula Kantor Desa Salo Timur pada tanggal 13 Juli 2021. Media yang digunakan untuk mempermudah pelaksanaan penyuluhan adalah menggunakan infokus dan Laptop dimana materi penyuluhan berbentuk *Powerpoint*, serta pembagian *leaflet* kepada para audiens. Metode yang dilaksanakan merupakan suatu rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis, diantaranya :

- a. Persiapan

1. Melakukan survey awal dengan Bidan Desa setempat untuk mengetahui kondisi riil Desa Salo Timur terkait kunjungan lansia
2. Membentuk kerjasama dengan pengisi materi
3. Menyiapkan materi
  - b. Pelaksanaan  
Sosialisasi terkait hipertensi pada lansia
  - c. Evaluasi  
Evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui apakah kegiatan ini berjalan sesuai yang diharapkan
  - d. Laporan Akhir  
Bertujuan untuk melaporkan hasil kegiatan yang telah dijalankan



**Gambar 1.** Penyuluhan Lansia Salo Timur

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan ini diawali pada hari pertama dengan pemeriksaan kesehatan terhadap lansia di Desa Salo Timur, lansia diperiksa kesehatannya melakukan pengisian data diri terlebih dahulu sebelum melakukan pemeriksaan kesehatan, dan setelah melakukan pemeriksaan keesokan harinya dilakukan penyuluhan kesehatan terhadap lansia di Desa Salo Timur. Pada sesi penyampaian materi, ternyata banyak lansia yang belum memahami pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan. Hal ini tercermin dari pertanyaan yang diajukan. Oleh karena itu, kegiatan semacam ini sangat diperlukan bagi lansia agar dapat dengan mudah untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan dapat mencegah penyakit yang akan timbul.

## Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) sudah dilakukan berupa pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan pada lansia dengan penyampaian materi menggunakan *powerpoint* disertai dengan pembagian *leaflet* ke masing-masing peserta. Dari hasil diskusi dengan Bidan Desa dan Kepala Desa Salo Timur, mulai dari awal survey lokasi, koordinasi dan selama pelaksanaan pengabdian, mereka sangat mengharapkan penyuluhan ini bisa berdampak dalam meningkatkan angka kunjungan lansia di desa setempat. Namun kegiatan ini juga diharapkan tidak berakhir pada kegiatan pengabdian, tetapi bisa dibentuk kerjasama dalam penyebaran informasi tentang hipertensi dan masalah kesehatan masyarakat lainnya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat pada umumnya.

## Referensi

- Bruner dan Suddarth. 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Edisi 8 vol.2*. Jakarta: EGC.
- Copstead C., Lee-Ellen dan Jacquelyn L. Banasik. 2005. *Pathophysiology Vol. 1*. Elsevier :St. Louis Missouri 63146.
- Corwin, J Elizabeth. 2000. *Patofisiologi*. Jakarta: EGC.
- Diklat PJT–RSCM. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Kardiologi Dasar Edisi 4*. Jakarta: RSCM.
- Doenges, Marilyn E., dkk. 1999. *Rencana Asuhan Keperawatan Pedoman Untuk Perencanaan Dan Pendokumentasian Perawatan Pasien*. Jakarta: EGC.
- Muttaqin, Arif. 2009. *Asuhan Keperawatan Dengan Pasien Gangguan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Puteri, A. D., & Sudirman, S. (2017). The Influence Of Traditional Food On Incidence Of Stroke In Banda Aceh. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 1(2).
- Rawamerta. 2014. *Materi Hipertensi*. Diakses melalui <https://promkespkmrawamerta.blogspot.com/2014/04/materi-penyuluhan-hipertensi.html>. Diperoleh tanggal 22 Juli 2021