



EDUKASI HIPERTENSI DAN PENGUKURAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI WREDA BUDI DHARMA KASIH

HYPERTENSION EDUCATION AND BLOOD PRESSURE MEASUREMENT IN THE ELDERLY AT BUDI DHARMA KASIH NURSING HOME

Putri Elvingsih Zendrato¹, Tophan Heri Wibowo², Roro Lintang Suryani³

^{1*,2,3}Keperawatan Anestesiologi, Universitas Harapan Bangsa

*Email Koresponden: putrielvingsih1801@gmail.com

DOI:<https://doi.org/10.62567/micjo.v1i4.301>

Submitted: 28/08/24

Article info:
Accepted: 18/10/24

Published: 30/10/24

Abstract

Elderly or elderly is the final stage of life characterized by physiological changes that are increasingly declining, one of which is in cardiovascular disease. Hypertension is a chronic condition characterized by increased blood pressure on the walls of arterial blood vessels. Based on a pre-survey at Panti Wreda Budi Dharma Kasih, it was found that more than half of the elderly experienced hypertension due to a lack of elderly knowledge about hypertension. This community service activity aims to educate the elderly about hypertension and invite the elderly to have a good lifestyle. This activity was carried out at Panti Wreda Budi Dharma Kasih attended by 27 participants. The PKM method is carried out by checking the blood pressure of the elderly using a sphygmomanometer and stethoscope. Screening of PKM participants is elderly people with a minimum age of 60 years who can hear and see. The provision of education is carried out by lecture method using power points containing the definition of hypertension and elderly causative factors and ways to prevent hypertension, then a question and answer session is held. Data collection on the level of knowledge was carried out using pre-education and post-education questionnaires. The results of this activity show an increase in knowledge in the elderly after providing education for 3 meetings.

Keywords : *Elderly, Education, Hypertension*

Abstrak

Lansia atau lanjut usia merupakan tahap akhir kehidupan ditandai dengan perubahan fisiologis yang semakin menurun salah satunya pada kardiovaskuler yang rentan penyakit. Hipertensi adalah keadaan kronis ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Berdasarkan

pra survei di Panti Wreda Budi Dharma Kasih ditemukan lebih dari setengah lansia mengalami hipertensi yang disebabkan karena kurangnya pengetahuan lansia tentang hipertensi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi lansia tentang hipertensi dan mengajak lansia untuk memiliki pola hidup yang baik. Kegiatan ini dilakukan di Panti Wreda Budi Dharma Kasih diikuti oleh 27 peserta. Metode PKM ini dilakukan dengan pemeriksaan tekanan darah lansia menggunakan alat sphygmomanometer dan stetoskop. Skrining pada peserta PKM adalah lansia dengan usia minimal 60 tahun bisa mendengar dan melihat. Pemberian edukasi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan *power point* berisi pengertian hipertensi dan lansia faktor penyebab dan cara pencegahan hipertensi, kemudian dilakukan sesi tanya jawab. Pengambilan data tingkat pengetahuan dilakukan dengan menggunakan kuesioner pre edukasi dan post edukasi. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada lansia setelah pemberian edukasi sebanyak 3 kali pertemuan.

Kata Kunci : Edukasi, Hipertensi, Lansia.

1. PENDAHULUAN

Lansia atau lanjut usia merupakan tahapan masa tua pada perkembangan laki-laki ataupun perempuan dengan usia 60 tahun keatas (Kemenkes, 2023). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2050 populasi lansia menjadi dua kali lipat dari tahun 2020 (WHO, 2022). Seiring pertambahan usia, lansia sering mengalami masalah kesehatan seperti hipertensi. Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik diatas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran tekanan darah selang waktu lima menit dalam posisi tenang (Nadia, 2020).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas pada tahun 2013 sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2018). Pengetahuan tentang hipertensi mendorong lansia berperilaku yang baik dalam mengontrol atau mencegah hipertensi (Suaib *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil pra survei yang telah dilakukan di Panti Wreda Budi Dharma Kasih terdapat 32 lansia. Hasil wawancara yang dilakukan dengan pengurus Panti didapatkan bahwa lebih dari setengah lansia atau sekitar 20 lansia di Panti Wreda Budi Dharma Kasih memiliki hipertensi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada lansia di Panti Wreda Budi Dharma Kasih.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara edukasi dan pengukuran tekanan darah. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan *power point*, diskusi tanya jawab, evaluasi menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi sebelum dan sesudah implementasi. Kuesioner tingkat pengetahuan menggunakan kuesioner yang sudah digunakan dalam penelitian Pratama yang terdiri dari identitas responden dan 15 pertanyaan. Kuesioner berisi pertanyaan tertutup dengan jawaban jika benar skor 1 jika salah skor 0 (Pratama, 2022). Pengukuran tekanan darah menggunakan alat tensimeter dan stetoskop, kemudian dilakukan pencatatan hasil. Kegiatan ini dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dari tanggal 13 Mei – 17 Mei 2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data dihasilkan dari hasil kuesioner dengan melihat pengetahuan pada lansia dan pengukuran tekanan darah. Pengumpulan data dihasilkan dari 27 peserta di Panti Wreda Budi Dharma Kasih

Tabel . Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta

Karakteristik	F	%
Usia		
Lanjut usia (60-74)	17	63,0
Lanjut Usia Tua (75-90)	10	37,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	7	25,9
Perempuan	20	74,1
Total	27	100

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Peserta

Karakteristik	F	%
Tekanan Darah		
Normal (Sistolik < 120, diastolik <80)	6	22,22
Pra Hipertensi (Sistolik 120-139, diastolik 80 – 89)	11	40,74
Hipertensi Stadium I (Sistolik 140-159, diastolik 90-99)	9	33,33
Hipertensi Stadium II (Sistolik > 160, diastolik >100)	1	3,70
Total	27	100

Tabel 2. Analisis data pengetahuan peserta

Data Pengetahuan	Min	Max	Mean	Nilai Total (%)
Sebelum	6	11	8,29	55,30
Sesudah	12	15	13,44	89,62

Pembahasan

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik didominasi oleh peserta dengan lanjut usia sebanyak 17 peserta (63%), berdasarkan pendapat penulis hal ini selaras dengan kondisi lansia di Panti Wreda Budi Dharma Kasih yang didapatkan bahwa dari 32 lansia sebanyak 1 lansia berusia 45-59 tahun, 20 lansia berusia 60-74 tahun, 11 lansia berusia 75-90, 1 lansia berusia diatas 90 tahun tahun. Hasil analisis tersebut selaras dengan penelitian peningkatan pengetahuan hipertensi untuk kualitas hidup lansia di Panti Wreda Harapan Ibu bahwa peserta penelitian mayoritas berumur 58-70 tahun, hal ini disebabkan karena kondisi penghuni panti sebanyak 17 lansia dengan usia 58-70 tahun, 6 lansia berusia 70-80 tahun, 2 lansia dengan usia 85-86 tahun (Salsabila *et al.*, 2024).

Tabel 1 juga diperoleh data bahwa berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan sebanyak 20 peserta (74,1%). Menurut pendapat penulis hasil ini sesuai dengan kondisi lansia di Panti Wreda Budi Dharma kasih bahwa terdapat 32 lansia, 22 diantaranya berjenis kelamin perempuan dan 10 lansia berjenis kelamin laki-laki. Hasil ini sejalan dengan data Badan Pusat Statistik (BPS) mengatakan bahwa mayoritas lansia di Banyumas berjenis kelamin perempuan sebanyak 1.314 dibandingkan dengan laki-laki sebanyak 1.041 (BPS, 2024).

Berdasarkan Tabel 2 Distribusi frekuensi tekanan darah peserta terdapat 11 (40,74%) dari 27 peserta mengalami pra hipertensi. Penulis berpendapat jika hal ini wajar karena usia memiliki pengaruh peningkatan tekanan darah, Hasil ini selaras dengan penelitian perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah meditasi pernafasan pada lansia di Desa Weekokora yaitu dari 15 peserta terdapat 2 (13,3%) lansia memiliki tekanan darah normal, 8 (53,35) lansia dikategori pra hipertensi dan 5 (33,3%) lansia dikategori hipertensi stadium 1 (Lende *et al*, 2019).

Berdasarkan Tabel 3 Persentase pengetahuan lansia mengalami peningkatan dari 55,30% menjadi 89,62% setelah pemberian edukasi. Berdasarkan hasil perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi hipertensi, penulis berpendapat bahwa ada pemberian edukasi secara berulang memiliki dampak meningkatkan pengetahuan lansia. Hal ini selaras oleh penelitian edukasi pada kelompok lansia hipertensi meningkatkan pengetahuan dan sikap gaya hidup bahwa setelah pemberian edukasi sebanyak 4 kali pertemuan dalam waktu 2 minggu didapatkan terjadi peningkatan pengetahuan lansia dari 40% menjadi 90% (Resnayati, *et al*, 2022).



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Hipertensi Pada Lansia



Gambar 2. Kegiatan Pengukuran Tekanan Darah Pada Lansia



Gambar 3. Pengisian Kuesioner Pengetahuan Hipertensi

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa pemberian edukasi hipertensi pada lansia meningkatkan tingkat pengetahuan peserta terhadap hipertensi. Sebelum implementasi dilakukan tingkat pengetahuan peserta sebanyak 55,30 %, setelah dilakukan implementasi tingkat pengetahuan lansia menjadi 89,62%, tingkat pengetahuan peserta mengalami peningkatan sebanyak 34,32 % setelah implementasi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- BPS, (2024). Penduduk Kelompok Menurut Umur. *Badan Statika Sosial BPS Provinsi Jawa Tengah*. Dilihat 12 Juli 2024. <https://banyumaskab.bps.go.id/indicator/12/127/1/penduduk-menurut-kelompok-umur.html>.
- Dinas Kesehatan Profinsi Jawa Tengah. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021, 235.
- Kemendes. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018., 53(9), 361–362.
- Nadia, E. A. N. (2020). Efek pemberian jahe terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 2(1), 343-348.
- Kemendes. (2023). Berhaji dan Lansia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/berhaji-dan-lansia>.
- Lende, Y., Ardiyani, V. M., & Andinawati, M. (2019). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Relaksasi Meditasi Pernafasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium 1. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1).
- Pratama, A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Ii Denpasar Barat. 8(5).
- Resnayati, Y., Riasmini, N. M., & Mariam, R. S. (2022). edukasi pada kelompok lansia hipertensi meningkatkan pengetahuan dan sikap gaya hidup sehat. *PKP EJurnal Poltekes Jakarta*, 4(2), 204-213. <https://doi.org/10.37287/pkppj.v5i1.1343>.
- Salsabila, K. ., Ulya, .P. ., & Pusp, H. . (2024). Peningkatan pengetahuan hipertensi untuk



kualitas hidup lansia di panti werdha harapan ibu. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 1297–1300.

Suaib, M., Cheristina, & Dewiyanti. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–276.

WHO. (2022). Ageing and Healt. Dilihat 10 Juni 2024. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>.