

Pelatihan Pengukuran Tekanan Darah Di Desa Watudambo II Kecamatan Kauditan

Ria Angelina Jessica Rotinsulu¹, Faradilla Miftah Suranata²

Abstrak

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik pada tingkat 140 mmHg atau lebih tinggi dan diastolik pada tingkat 90 mmHg atau lebih yang didasarkan pada hasil nilai tiga kali pengukuran atau lebih pada waktu yang berkala (LeMone, *et al.*, 2016). Hipertensi diketahui sebagai penyakit dengan tekanan darah tinggi yang banyak diderita oleh lanjut usia (lansia), sehingga pemantauan tekanan darah perlu dilakukan. Posbindu adalah wadah pelayanan kepada lansia di masyarakat yang proses pementukan dan pelaksanaannya dilakukan oleh masyarakat terutam sebagai kader kesehatan yang dibentuk oleh tenaga kesehatan. Permasalahan yang ditemukan di Desa Watudambo II yaitu kader kesehatan belum mengetahui bagaimana cara melakukan pengukuran tekanan darah. Berangkat dari permasalahan itu, pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Watudambo dengan tujuan untuk memberdayakan kader kesehatan dengan melakukan pelatihan pengukuran tekanan darah yang bertujuan agar kader kesehatan dapat dengan mandiri melakukan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan tensimeter *aneroid* dan *stetoskop*. Peserta dalam pelatihan ini yaitu 20 orang kader kesehatan di Desa Watudambo II. Hasil dari pelatihan yang dilakukan adalah kader kesehatan telah memahami pengendalian dan pencegahan serta mengetahui langkah-langkah pengukuran tekanan darah.

Keyword: Tekanan Darah, Hipertensi, kesehatan

A. PENDAHULUAN

Hipertensi diketahui sebagai penyakit dengan tekanan darah tinggi. Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik pada tingkat 140 mmHg atau lebih tinggi serta tekanan darah diastolik pada tingkat 90 mmHg atau lebih tinggi yang didasarkan pada hasil dari rata-rata nilai tiga kali pengukuran atau lebih pada waktu yang berkala (NHLBI, 2004 dalam LeMone, et.al, 2016).

Posyandu sebagai suatu wadah kegiatan yang bernuansa pemberdayaan masyarakat, akan berjalan baik dan optimal apabila proses kepemimpinan terjadi proses pengorganisasian, adanya anggota kelompok dan kader serta tersedianya pendanaan (Azizah, 2011). Posyandu lansia merupakan pusat kegiatan masyarakat dalam upaya pelayanan kesehatan pada lanjut usia. Sedangkan yang bertindak sebagai pelaksana posyandu adalah kader. Posbindu adalah suatu wadah pelayanan kepada lansia di Masyarakat yang proses pembentukannya dan pelaksanaannya dilakukan oleh masyarakat bersama lembaga swadaya masyarakat, lintas sektor pemerintah dan non pemerintah dengan menekan upaya kesehatan promotif dan preventif (Fallen R & R Budi, 2011).

Mengingat insidensi hipertensi yang terus meningkat dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, maka perlu dilakukan sosialisasi tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan tekanan darah agar warga lansia di Desa Watudambo II

dapat memantau kondisi kesehatannya dengan lebih mudah.

Pencegahan dan pemantauan hipertensi dapat dilakukan melalui program posyandu lansia yang merupakan kepanjangan tangan dari puskesmas. Untuk melakukan pemecahan masalah yang dihadapi oleh para kader dengan pengebnalan TTg atau Teknologi Tepat Guna dengan melakukan pengukuran tekanan darah Desa Watudambo Dua merupakan salah satu Desa di Kecamatan Kauditan Kabupaten Minahasa Utara yang telah memiliki Posyandu balita sejak tahun 2006 artinya masyarakat Watudambo Dua telah memiliki kepedulian terhadap kesehatan balita dan lansia. Sedangkan masalah yang dihadapinya salah satunya adalah kurangnya informasi terkait dengan hipertensi dan bagaimana cara mengetahui hipertensi.

Permasalahan yang dihadapi oleh para kader posyandu di Desa Watudambo Dua diantaranya kurangnya pengetahuan tentang materi hipertensi serta masih kurang terampilnya para kader dalam melakukan pengukuran tekanan darah, Target yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini para kader meningkat pengetahuan tentang materi hipertensi dan para kader meningkat ketrampilannya dalam mengukur tekanan darah.

Adapun tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk memberikan pelatihan kepada para kader agar dapat melakukan pengukuran tekanan darah secara

mandiri dengan menggunakan tensimeter aneroid dan stetoskop.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terdiri dari;

1. Kerangka Pemecahan Masalah:

Permasalahan yang dihadapi oleh para kader posyandu di Desa Watudambo Dua ditemukan kurang terampilnya para kader dalam melakukan pengukuran TD.

2. Realisasi Pemecahan Masalah:

Kegiatan pengabdian ini telah dilaksanakan dengan melewati tiga tahap; 1) memaparkan dan menjelaskan mengenai konsep dasar hipertensi; 2) menjelaskan dan mendemonstrasikan langkah-langkah melakukan pengukuran TD; 3) tahap evaluasi dengan melakukan *review* materi/pelatihan yang telah diberikan.

3. Khalayak Sasaran:

Peserta dalam pengabdian ini adalah kader kesehatan sebanyak 20 orang di Desa Watudambo 2 Kecamatan Kauditan Kabupaten Minahasa Utara.

4. Prosedur Pelaksanaan:

Memberikan penguatan ilmu pengetahuan terkait hipertensi serta pelatihan pengukuran tekanan darah dan melakukan pendampingan. Pengumpulan data melalui ceramah, observasi dan pendampingan pada kader saat pelatihan.

5. Waktu dan Tempat

Pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 4 Maret 2020 di Kantor Hukum Tua

Desa Watudambo II Kecamatan Kauditan Kabupaten Minahasa Utara.

6. Sarana dan Alat yang digunakan:

Alat yang digunakan untuk mendukung pelatihan pengukuran tekanan darah yaitu; laptop, LCD, layar, proyektor, *sphygmomanometer*, *stetoskop*, *leaflet*.

7. Pihak yang terlibat;

Pelatihan ini melibatkan beberapa unsur terkait yaitu; Hukum Tua beserta perangkat Desa Watudambo II, Dosen STIKES Muhammadiyah Manado, Kader Kesehatan Desa Watudambo II, Mahasiswa PK/PKL STIKES Muhammadiyah Manado.

8. Rancangan Evaluasi;

Diharapkan kader kesehatan Desa Watudambo II mampu memahami konsep hipertensi dan pengendalian cara pencegahannya serta pentingnya melakukan pengukuran tekanan darah.

C. HASIL

Hasil yang dicapai dalam pengabdian masyarakat ini terkait dengan pelatihan pengukuran tekanan darah oleh kader kesehatan yaitu sesuai dengan tujuan dimana kader kesehatan telah memahami mengenai pengendalian dan pencegahan hipertensi serta mengetahui langkah-langkah atau cara pengukuran tekanan darah dengan menggunakan alat tensimeter *aneroid* dan *stetoskop*. Berdasarkan hasil evaluasi pasca pelatihan diberikan, didapatkan bahwa seluruh kader kesehatan telah memahami tentang hipertensi

diantaranya tentang pengertian, faktor-faktor yang dapat dan tidak di modifikasi, penggolongan hipertensi dan mampu melakukan pengukuran darah secara mandiri. Selain itu evaluasi lain yang dilakukan yaitu memberikan kuis berupa pertanyaan dan kader kesehatan mampu menjawab dengan benar.

D. KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat merupakan bagian dari tridarma perguruan tinggi yang bermanfaat bagi seluruh kader kesehatan di Desa Watudambo II sebagai sasaran dari kegiatan ini. Bentuk pelatihan ini efektif dalam menambah wawasan baru di bidang kesehatan, dan dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan pengukuran tekanan darah tidak ada kendala yang menghambat proses terlaksananya pelatihan.

Program pengabdian masyarakat ini dapat dilaksanakan secara regular dan berkala, melihat tingginya angka kejadian hipertensi secara umum di wilayah Sulawesi Utara, dan diharapkan agar kader kesehatan di Desa Watudambo II dapat mempraktekkan pengetahuan yang telah didapatkan terkait dengan hipertensi dan rutin melakukan pengukuran tekanan darah untuk mendeteksi risiko penyakit degeneratif secara dini.

DAFTAR PUSTAKA

American Heart Association. (2017). *2017 Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. Guidelines Made Simple. A Selection of Tables and Figures.*

Diambil kembali dari American Heart Association and American College of Cardiology:

https://www.acc.org/~media/Non-Clinical/Files-PDFs-Excel-MS-Word-etc/Guidelines/2017/Guidelines_Made_Simple_2017_HBP.pdf pada tanggal 2 Maret 2020

Azizah, L. M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia. Edisi 1.* Yogyakarta: Graha Ilmu

Berman, A., Snyder, S. (2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Kozier & Erb.* Alih Bahasa Meiliya dkk. Jakarta: EGC

Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan. Buku 3. Edisi 8.* Jakarta: Salemba Medika

Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL et al. (2013). *The Eighth Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure.* Diunduh dari <http://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/guidelines/jnc7full.pdf> pada tanggal 2 Maret 2020

Corwin, J. Elizabeth. (2009). *Buku Saku Patofisiologi.* Jakarta: EGC

Eni, N., M. & Wijaya, I., P. (2017). Faktor-faktor yang Mempengaruhi terhadap Peningkatan Tekanan Darah terhadap Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Desa Adat Bualu. Diambil kembali dari E-journal Bina Usada Bali <http://ejournal.binausadabali.ac.id/index.php/caring/article/download/13/9/> pada tanggal 2 Maret 2020

Fallen, R. & R. Budi. 2011. *Keperawatan Komunitas.* Yogyakarta : Nuha Medika

- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2016). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi Revisi Berwarna ke 12. Penerjemah: Ernita I, Ibrahim Ilyas. Indonesia: Elsevier
- Kadir, A. (2016). *Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal*. Jurnal "Ilmiah Kedokteran" Volume 5 Nomer 1 Edisi Maret 2016, hal. 15 - 25, 15 - 25. Diambil kembali dari <http://journal.uwks.ac.id/index.php/ji/kw/article/download/2/2> pada tanggal 2 Maret 2020
- Kalbemed. (2018). *Amlodipine*. Diambil kembali dari <http://www.kalbemed.com/Products/Drugs/Generic/tabid/246/ID/21960/Amlodipine.aspx> pada tanggal 2 Maret 2020
- Kumar, Vinay., Abbas K.Abdul., Aster C. Jon. (2015). *Buku Ajar: Patologi Robbins*. Jakarta: EGC
- LeMone, et. al. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Gangguan Respirasi dan Gangguan Muskuloskeletal*. Volume 4. Edisi 5. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Nuraini, Bianti. (2015). *Risk Factors Of Hypertension*. Artikel Review. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/602/606> pada tanggal 2 Maret 2020
- PERKI. (2015). *Pedoman Tata Laksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular. Edisi Pertama*. Diambil kembali dari Indonesia Heart Association. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia: http://www.inaheart.org/upload/file/Pedoman_TataLaksana_hipertensi_pada_penyakit_Kardiovaskular_2015.pdf pada tanggal 2 Maret 2020
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Buku 2 Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika.
- Price, S. & Wilson M. L. (2013). *Patofisiologi. Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Edisi 6 Volume 1. Jakarta: EGC
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Diambil kembali dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf pada tanggal 2 Maret 2020
- Sapitri, N. (2016). *Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Pesisir Sungai Siak Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. Jom FK Volume 3 No. 1, 8*. Diambil kembali dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFDOK/article/download/9177/8842> pada tanggal 2 Maret 2020
- Smeltzer, S., C. & Bare, B., G. (2013). *Buku Ajar: Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC
- Wahyuni, Nila., et. al. (2015). *Perbedaan Efektifitas Progressive Muscle Relaxation dengan Slow Deep Breathing Exercise terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Hipertensi Derajat I di Kota Denpasar*. <http://erepo.unud.ac.id/5118/1/80dff7664e736005eedc12d69d5c52ac.pdf> pada tanggal 2 Maret 2020