

PROMOSI KESEHATAN TENTANG COVID-19, PENCEGAHAN DAN PENANGANAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Heri Bahtiar¹, Maelina Ariyanti², Supriyadi³

^{1,2,3} STIKES YARSI Mataram

Email Corresponding: heribahtiar301076@gmail.com

ABSTRAK

Indek Pembangunan Manusia mempunyai tiga unsur yaitu kesehatan, pendidikan yang dicapai dan standar kehidupan atau sering disebut ekonomi. Pengetahuan terkait pencegahan dan penanganan COVID-19 dan Hipertensi Pada Lansia perlu di sebar luaskan untuk menekan angka penyebaran COVID-19 mengingat peyebaran virus ini antar manusia ke manusia. Kejadian Hipertensi juga cukup banyak dan menjadi penyebab utama terjadinya penyakit Degeneratif. Kejadian COVID-19 di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) juga mengalami kenaikan yang signifikan sejak diumumkannya kasus positif pertama pada tanggal 24 Maret 2020. Hingga 21 April 2020, kasus COVID-19 di NTB adalah 108 orang dengan 11 orang dinyatakan sembuh dan 4 orang meninggal dunia. Jumlah penderitanya covid 19 Kota Mataram sebanyak 43 kasus, sementara kasus hipertensi di Mataram khususnya di Pondok Perasi sebanyak 41 orang. Perlunya penyuluhan kesehatan terkait pencegahan dan pengendalian penyebaran COVID-19 dan Hipertensi ini menambah pengetahuan dan menghimbau masyarakat untuk menekan rantai penyebaran dari Corona Virus yang dapat menyebabkan COVID-19 serta pencegahan kambuhnya hipertensi pada Lansia. Target pengabdian ini adalah Masyarakat Di Lingkungan Bintaro Ampenan Kota Mataram dengan tujuan memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang pemberian penyuluhan pencegahan covid-19, mencuci tangan yang benar, dan penyediaan bahan untuk pencegahan penularan covid-19 dengan membagikan masker secara gratis serta Penyuluhan tentang Hipertensi. Kegiatan tersebut telah terlaksana dengan baik. Sambutan dari warga sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin

Kata Kunci : *Penyuluhan, covid-19, mencuci tangan, pembagian Masker, Hipertensi*

ABSTRACT

Human Development Index has three elements, they are health, education attained and standard of living or often called the economy. Knowledge regarding the prevention and handling of COVID-19 and Hypertension in Elderly needs to be disseminated to reduce the number of COVID-19 cases considering the spread of this virus between humans and humans. The incidence of hypertension was also quite a lot and major cause of degenerative disease. The incidence of COVID-19 in West Nusa Tenggara (NTB) Province has also experienced a significant increase since the announcement of the first positive cases on March 24, 2020. On April 21, 2020, there were 108 cases, with 11

recovered and 4 people die. The number of COVID-19 sufferers in Mataram was 43 cases, while hypertension cases in Mataram, especially in Pondok Perasi, were 41 people.

Health education need to be attention for society regarding the prevention and control the spread of COVID-19 and Hypertension increases knowledge and urges the public to suppress the chain of spread of the Corona Virus which can cause COVID-19 and prevent recurrence of hypertension in the elderly. The target of this public service was the Community in the Bintaro Ampenan, Mataram, the aim of this public service was to providing the understanding of community about counseling on the prevention of covid-19, washing hands properly, and providing materials for the prevention of covid-19 transmission by distributing free masks and counseling on hypertension. These activities have been carried out well. The response from residents was very good and they hoped that similar activities were carried out regularly

Keywords: Counseling, covid-19, hand washing, distribution of masks, hypertension

***Corresponding Author: Heri Bahtiar** (email: heribahtiar@gmail.com), STIKES YARSI Mataram, Jalan TGH. M.Rais, Lingkar Selatan Kota Mataram, 83361.

ANALISIS SITUASI

IPM mempunyai tiga unsur yaitu kesehatan, pendidikan yang dicapai dan standar kehidupan atau ering disebut ekonomi. Jadi, ketiga unsur tersebut sangat penting dalam menentukan tingkat kemampuan suatu provinsi untuk meningkatkan IPMnya (BPS, 2018). Coronavirus-19 (COVID) telah dinyatakan sebagai pandemi dunia oleh WHO (WHO, 2020). *Coronavirus disease 2019* (COVID-19) merupakan jenis penyakit baru pada manusia yang belum pernah teridentifikasi sebelumnya. *Coronavirus* sebenarnya merupakan virus yang menyebabkan penyakit yang umum ditemukan pada hewan sehingga virus ini disebut sebagai zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Akan tetapi, hewan sebagai sumber penularan COVID-19 ini belum diketahui (Kemenkes RI, 2020)

Penyebaran COVID-19 dinilai sangat menyebarkan bagi

masyarakat akibat dari tidak tampaknya mikroorganisme penyebab penyakit dan metode penularan yang sangat mudah. Percikan batuk/bersin (droplet) merupakan cara penyebaran yang sederhana namun berbahaya. Cairan droplet yang terdapat pada tangan penderita ketika memegang instrumen lain akan menempel. Instrumen lain yang terkontaminasi virus ketika dipegang oleh individu sehat dan memegang hidung, mulut, ataupun mata dan masuk ke mukus saluran pernapasan akan menyebabkan individu tersebut terinfeksi. Oleh karena itu, jumlah penderita terus bertambah dengan sangat cepat (Kemenkes RI, 2020).

Efek yang ditimbulkan COVID-19 mulai terasa. Meningkatnya angka kemiskinan yang diprediksi dapat mencapai penambahan 3,8 juta jiwa dari angka sebelumnya. Himbauan untuk *social distancing* ataupun *physical distancing* yang dihembuskan oleh pemerintah

masing-masing menjadi penyebab. Upaya ini merupakan langkah yang baik untuk memutus mata rantai penyebaran, namun dampak yang dihasilkan juga cukup besar. Tidak hanya perekonomian negara saja yang koyak, perekonomian individu dan keluarga juga terdampak besar. Terlebih lagi dengan masyarakat yang terkena serangan COVID-19. Tidak hanya fisik, sosial, maupun ekonomi yang diserang namun kesehatan mental jauh lebih tertindas. Kejadian yang terjadi secara terus menerus ditambah dengan informasi yang tak henti-hentinya dikabarkan menimbulkan kekhawatiran tersendiri.

COVID-19 menjadi sebuah ancaman keamanan dan kenyamanan bagi seluruh warga negara. Ancaman ini tidak hanya terjadi di Indonesia namun juga di dunia. COVID-19 ini pertama kali diidentifikasi di Kota Wuhan Provinsi Hubei, China yang bertepatan dengan mendekati Tahun Baru China ketika mobilisasi masyarakat China yang akan merayakan hari raya besar meningkat pesat sehingga memudahkan penyebaran virus ini. Virus ini mulai menyebabkan pneumonia berat pada beberapa warga di Kota Wuhan yang tidak diketahui penyebabnya pada 31 Desember 2019. Hingga pada tanggal 7 Januari 2020 diidentifikasi bahwa penyakit tersebut disebabkan oleh jenis baru coronavirus. Selanjutnya, *World Health Organization* (WHO) menetapkan penyakit ini sebagai pandemi pada tanggal 30 Januari 2020 dengan pertimbangan jumlah penderita yang semakin banyak dan penyebaran yang semakin cepat

hingga menimbulkan kematian yang terus bertambah (Kemenkes RI, 2020).

Kejadian kumulatif COVID-19 di dunia hingga tanggal 21 April 2020 adalah 2.446.308 kasus Urutan jumlah negara dengan kasus COVID-19 tiga terbanyak adalah Amerika Serikat dengan jumlah 786.519 kasus, diikuti Italia dengan jumlah 181.228 kasus, dan Spanyol dengan jumlah 200.210 kasus. Tingkat fatalitas kasus (*case fatality rate/CFR*) dari masing-masing negara tersebut adalah Amerika Serikat 5.3%, Italia 13.3%, dan Spanyol 10,4%. Indonesia berada di urutan 20 dari 185 negara yang telah mengumumkan diri telah terinfeksi COVID-19 dengan total kasus 6.760. Namun, CFR dari Indonesia adalah 8.7%. CFR ini dinilai tinggi jika dibandingkan dengan kondisi China sebagai negara yang pertama kali menghadapi wabah ini yakni 5.5%. Kasus COVID-19 di Indonesia hingga sekarang juga masih terus mengalami kenaikan kurva secara signifikan meskipun sebelumnya mengalami fluktuatif. Hal inilah yang dikhawatirkan di Indonesia (BBC News, 2020).

Kejadian COVID-19 di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) juga mengalami kenaikan yang signifikan sejak diumumkannya kasus positif pertama pada tanggal 24 Maret 2020. Hingga 21 April 2020, kasus COVID-19 di NTB adalah 108 orang dengan 11 orang dinyatakan sembuh dan 4 orang meninggal dunia. Adapun sebaran kejadian tiap kabupaten/kota di Provinsi Nusa Tenggara Barat adalah Kota Mataram 43 kasus, Kabupaten Lombok Timur

19 kasus, Kabupaten Lombok Barat 11 kasus, Kabupaten Bima 9 kasus, Kabupaten Lombok Tengah dan Kabupaten Sumbawa masing-masing 9 kasus, Kabupaten Lombok Utara 3 kasus, Kota Bima 2 kasus, serta Kabupaten Sumbawa Barat dan Kabupaten Dompu masing-masing 1 kasus (Pemprov NTB. 2020).

Efek yang di timbulkan oleh virus ini biasanya relatif tidak membahayakan namun akan sangat berbahaya jika terinfeksi pada agregat balita, anak-anak dan lansia mengingat sistem imun dari masing-masing agregat tersebut belum sempurna dan telah terjadi degenerasi pada agregat lansia. Oleh karena itu perlu diadakan penyuluhan kesehatan terkait pencegahan dan pengendalian penyebaran COVID-19 guna menambah pengetahuan dan menghimbau masyarakat untuk menekan rantai penyebaran dari Corona Virus yang dapat menyebabkan COVID-19.

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang menimbulkan gejala yang berlanjut untuk suatu target organ, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung. Penyakit ini menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia maupun di beberapa negara di dunia.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Indonesia tahun 2018 menunjukkan sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada usia >18 tahun ditemukan prevalensi

hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% dimana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi dan hanya 8,8% kasus yang minum obat hipertensi (Riskesmas, 2018).

Prevalensi penderita hipertensi dengan hasil pengukuran bila tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg usia ≥ 18 tahun di Provinsi NTB diperkirakan sebanyak 358.110 jiwa dan yang mendapatkan pelayanan sebesar 56.107 jiwa (15,67%). Jumlah penderita hipertensi tahun 2018 di Puskesmas sekota Mataram berjumlah 37.190 kasus (Dikes Prov NTB, 2019).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Ampenan Kota Mataram di tahun 2017 jumlah penduduk usia ≥ 18 tahun wilayah Puskesmas sebesar 25.253 jiwa, dan yang dilakukan pengukuran tekanan darah sebanyak 6.338 jiwa (25,10%). Sedangkan yang menderita hipertensi sebanyak 1.750 kasus (6,93%). Kemudian pada tahun 2018 jumlah penduduk usia ≥ 18 tahun meningkat sebanyak 38.628 jiwa dan yang dilakukan pengukuran tekanan darah sebesar 7.028 jiwa (36,02%). Sedangkan jumlah penderita hipertensi juga meningkat sebesar 2.610 kasus (6,76%) dari tahun lalu. Didapat data bahwa Kelurahan Bintaro merupakan wilayah yang banyak penduduknya menderita hipertensi yaitu sebesar 746 kasus (8,51%). Sedangkan Kelurahan Dayan Peken 736 kasus (6,92%), Kelurahan Ampenan Tengah 638 kasus (5,54%), dan Kelurahan Ampenan Utara 490 kasus (6,36%). Terdapat dua desa di Kelurahan Bintaro yaitu Pondok

Perasi dan Bugis. Data jumlah penderita hipertensi bulan september-november tahun 2019 di Kelurahan Bintaro Desa Pondok Perasi sebanyak 60 orang, sedangkan di Desa Bugis sebanyak 20 orang

METODE

Penanganan kurangnya pengetahuan warga tentang covid 19 serta pencegahannya dan hipertensi membutuhkan peran seluruh warga masyarakat dalam memberikan dukungan. Salah satu bentuk dukungan tersebut adalah dukungan informasi. Pemberian informasi telah diketahui sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Model intervensi dengan pendekatan edukasi perlu dikembangkan dan diterapkan agar lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian warga dalam memberikan pencegahan covid 19 dan hipertensi yang efektif. Peran edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan dan praktek mencuci tangan dengan benar serta pemberian masker gratis. Warga juga aktif dalam memberikan support dan edukasi pada keluarga masing-masing dengan memberikan informasi pada keluarga tentang pengetahuan, pencegahan covid 19 dan hipertensi (Satgas covid 19, 2020).

Upaya ini merupakan langkah yang baik untuk memutus mata rantai penyebaran. Kenapa mencuci tangan dan memakai masker karena Penyebaran COVID-19 dinilai sangat menyebarkan bagi masyarakat akibat dari tidak tampaknya mikroorganisme penyebab penyakit dan metode penularan yang sangat

mudah. Percikan batuk/bersin (droplet) merupakan cara penyebaran yang sederhana namun berbahaya. Cairan droplet yang terdapat pada tangan penderita ketika memegang instrumen lain akan menempel. Instrumen lain yang terkontaminasi virus ketika dipegang oleh individu sehat dan memegang hidung, mulut, ataupun mata dan masuk ke mukus saluran pernapasan akan menyebabkan individu tersebut terinfeksi. Oleh karena itu, jumlah penderita terus bertambah dengan sangat cepat (Kemenkes RI. 2020).

a. Tahap Awal Pengabdian

- 1) Mengajukan surat izin pengabdian untuk disampaikan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Mataram yang selanjutnya akan diteruskan ke pihak puskesmas Ampenan sebagai mitra.
- 2) Melakukan pendataan warga untuk mendapatkan informasi pengetahuan tentang covid 19 dan hipertensi.
- 3) Melakukan koordinasi kepada pihak terkait mengenai pelaksanaan kegiatan.
- 4) Menetapkan jadwal penyuluhan tentang covid 19 dan pencegahan dan penanganannya, pelatihan mencuci tangan serta pembagian masker gratis serta pencegahan Hipertensi pada Lansia
- 5) Jadwal pelaksanaan dilaksanakan 1 kali pada untuk semua kegiatan

b. Tahap Pelaksanaan Pengabdian

- 1) Mengumpulkan warga .
- 2) Menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan penyuluhan,

pelatihan dan pembagian masker.

- 3) Memberikan edukasi dengan ceramah tentang pencegahan dan penanganan Covid 19 dan hipertensi.
- 4) Pelaksanaan promosi dilaksanakan selama 2 bulan pada setiap warga.

c. Tahap Akhir Pengabdian

- 1) Mengobservasi kemandirian keluarga dalam pencegahan dan penatalaksanaan covid 19 dan hipertensi setelah diberikan penyuluhan selama satu bulan melalui program penyuluhan kesehatan, mencuci tangan dengan baik dan benar, memberikan masker secara gratis.
- 2) Melakukan evaluasi pelaksanaan Penyuluhan , praktek mencuci tangan dan pemakaian masker oleh warga serta evaluasi tekanan darah setelah senam hipertensi



Gambar 1: Proses persiapan warga yang ikut penyuluhan dan pembagian masker gratis.



Gambar 2: Mengajarkan lansia senam hipertensi dengan melibatkan mahasiswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pencegahan covid-19, deklarasi cuci tangan yang benar, dan penyediaan bahan untuk pencegahan penularan covid-19” telah terlaksana pada senen 23 November 2020 pukul 16.00-17.30. Kegiatan pengabdian ini bekerjasama dengan Puskesmas Ampenan dan Bapak kepala lingkungan Bintaro kecamatan Ampenan Tengah. Kegiatan yang kami lakukan adalah kegiatan promosi kesehatan Penyuluhan Kesehatan tentang Covid-19 dan Hipertensi , *Hand Hygine*, batuk efektif, degenerative, merokok, pelaksanaan 3M serta Senam Hipertensi. Hal ini dalam rangka pencegahan penularan penyakit covid 19 dan Hipertensi pada lansia. Pada saat kegiatan dimulai, masyarakat yang datang dilakukan pendaftaran, kemudian mendengarkan materi yang kami sampaikan (materi terlampir), setelah itu dilakukan praktek mencuci tangan sesuai dengan prosedur yang dibuat oleh tim

pengabdian dan melakukan pemberian masker gratis, khususnya Lansia di Lingkungan Bintaro Kecamatan Ampenan Mataram.

Upaya ini merupakan langkah yang baik untuk memutus mata rantai penyebaran. Kenapa mencuci tangan dan memakai masker karena Penyebaran COVID-19 dinilai sangat menyebarkan bagi masyarakat akibat dari tidak tampaknya mikroorganisme penyebab penyakit dan metode penularan yang sangat mudah. Percikan batuk/bersin (droplet) merupakan cara penyebaran yang sederhana namun berbahaya. Cairan droplet yang terdapat pada tangan penderita ketika memegang instrumen lain akan menempel. Instrumen lain yang terkontaminasi virus ketika dipegang oleh individu sehat dan memegang hidung, mulut, ataupun mata dan masuk ke mukus saluran pernapasan akan menyebabkan individu tersebut terinfeksi. Oleh karena itu, jumlah penderita terus bertambah dengan sangat cepat (Kemenkes RI. 2020). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang menimbulkan gejala yang berlanjut untuk suatu target organ, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung. Penyakit ini menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia

maupun di beberapa negara di dunia. Dengan dilakukan penyuluhan tentang hipertensi dan senam hipertensi dapat memberikan pemahaman yang lengkap tentang hipertensi dan pencegahannya sehingga lansia mempunyai kehidupan yang berkualitas.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dengan topik judul "**Promosi kesehatan tentang covid-19, pencegahan dan penanganan hipertensi pada lansia**" telah terlaksana dengan baik. Sambutan dari warga Lingkungan Bintaro khususnya Lansia Kecamatan Ampenan Mataram sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 27 Tahun 2017 Tentang Pedoman PPI. Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi MERSCoV di Indonesia.
- World Health Organization (WHO). 2020. <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>. Diakses 18 Januari 2020