

Pemberdayaan Kader dan Keluarga dalam Perawatan Lansia Hipertensi

Defrima Oka Surya^{1*}, Vivi Syofia Sapardi², Ria Desnita³, Yenny Sugiarti⁴, Vanesha Apitri⁵, Nabila⁶, Agung Putri Azmir⁷

^{1,2,4,5,6}Program Studi DIII Keperawatan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

³Program Studi S1 Keperawatan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

⁷RSUD dr. Rasidin, Padang, Indonesia

*e-mail korespondensi: defrimaokasurya@mercubaktijaya.ac.id

Abstract

Management of hypertension can prevent complications of hypertension in the elderly. In the management of hypertension, the elderly need support and motivation from family, health workers and cadres. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of cadres and families in caring for elderly hypertension. The method used in this community service activity is to provide training to cadres and families on the management of hypertension in the elderly. The target of this activity is cadres and families of elderly hypertension with a total of 20 people. The location of the activity is in RW 08 Gunung Sarik Village, Padang City, West Sumatra. The activities were carried out from 7 September – 7 November 2022. The results of the activities showed an increase in target knowledge, 90% of cadres and families had good knowledge about hypertension after the activity. Cadres and families are expected to be able to care for the elderly with hypertension so that the blood pressure of the elderly is controlled.

Keywords: hypertension; elderly; family; health cadres

Abstrak

Penatalaksanaan hipertensi dapat mencegah munculnya komplikasi hipertensi pada lansia. Dalam penatalaksanaan hipertensi, lansia membutuhkan dukungan dan motivasi dari keluarga, petugas kesehatan dan kader. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan keluarga dalam merawat lansia hipertensi. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang penatalaksanaan hipertensi pada lansia. Sasaran kegiatan ini adalah kader dan keluarga lansia hipertensi dengan jumlah 20 orang. Lokasi kegiatan adalah di RW 08 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dari tanggal 7 September – 7 November 2022. Hasil dari kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan sasaran, 90% kader dan keluarga memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi setelah kegiatan. Kader dan keluarga diharapkan dapat merawat lansia hipertensi sehingga tekanan darah lansia terkontrol.

Kata Kunci: hipertensi; lansia; keluarga; kader kesehatan

Accepted: 2023-01-17

Published: 2023-01-24

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih besar dari 90 mmHg (World Hypertension League, 2020). Hipertensi menjadi permasalahan global dan membutuhkan perhatian khusus. Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena kebanyakan penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mengidap hipertensi dan tidak ada gejala yang jelas yang dirasakan. Hipertensi yang tidak dikontrol dapat mengakibatkan komplikasi pada berbagai organ tubuh (Kartika et al., 2021).

World Health Organization atau WHO (2019) memperkirakan prevalensi hipertensi secara global mencapai 22% dari penduduk dunia. Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 34,11%. Angka kejadian hipertensi meningkat seiring dengan pertambahan umur. Kejadian hipertensi berdasarkan Riskesdas tahun 2018 paling tinggi pada kelompok lansia. Prevalensi hipertensi pada usia lebih 75

tahun adalah sebesar 69,5%, pada kelompok usia 65 – 74 tahun sebesar 63,2% dan pada kelompok usia 55 – 64 tahun sebesar 55,2% (Kemenkes RI, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dapat mencegah munculnya komplikasi hipertensi pada lansia. Dalam penatalaksanaan hipertensi, lansia membutuhkan dukungan dan motivasi dari keluarga, petugas kesehatan dan kader (Nuryanti dan Adiana, 2019). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan pemberdayaan masyarakat. Salah satu model pengendalian penyakit tidak menular (PTM) berbasis masyarakat yang dikembangkan di Indonesia adalah Posbindu PTM. Posbindu PTM merupakan bentuk peran serta masyarakat dalam upaya pengendalian faktor resiko secara mandiri dan berkesinambungan (Ariyanti et al., 2020). Kader Posbindu PTM merupakan perpanjangan tangan pertama dari tenaga kesehatan dalam pelayanan ke masyarakat termasuk dalam penatalaksanaan hipertensi. Peran kader sangat penting dalam mentransfer pengetahuan, pemahaman, keterampilan dalam menangani berbagai penyakit degeneratif khususnya hipertensi.

Posyandu Lansia RW 08 di Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera barat merupakan salah satu Posyandu Lansia dengan jumlah angka hipertensi cukup tinggi. Berdasarkan angka catatan kunjungan Posyandu lansia bulan Mei 2022 diketahui sebanyak 25 orang lansia mengalami hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah. Sejak pandemi Covid-19, kegiatan Posyandu lansia di RW 08 lebih fokus ke pemeriksaan kesehatan seperti pemeriksaan tekanan darah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. Tidak ada edukasi yang terstruktur yang diberikan saat Posyandu. Kader kesehatan di RW 08 juga sudah lama tidak mendapatkan penyegaran edukasi kesehatan khususnya tentang hipertensi. Hasil wawancara dengan lansia diketahui bahwa sebagian lansia tidak mengetahui mengidap hipertensi sehingga tidak ada membatasi makanan dan juga jarang berolahraga. Bagi lansia yang sudah mengetahui mengidap hipertensi juga belum melakukan perawatan hipertensi dengan baik karena kurangnya pengetahuan lansia dan keluarga. Keluarga belum mengetahui dengan baik perawatan bagi lansia hipertensi.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, maka ditemukan permasalahan belum optimalnya peran keluarga dan kader dalam merawat lansia hipertensi di RW 08 Kelurahan Gunung Sarik yang bisa berdampak pada munculnya komplikasi hipertensi pada lansia. Berdasarkan hal ini, maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberdayaan kader dan keluarga dalam perawatan lansia hipertensi.

METODE

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang penatalaksanaan hipertensi pada lansia. Pelatihan dilakukan secara tatap muka dengan memperhatikan protokol kesehatan. Pemberdayaan kader juga dilakukan dengan melatih kader dalam mengecek tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Kader didampingi secara langsung untuk mengukur tekanan darah pada lansia. Pada keluarga juga diberikan pelatihan yang bertujuan untuk memandirikan keluarga dalam merawat lansia hipertensi di rumah. Sebelum dan sesudah pelatihan, dilakukan penilaian pengetahuan kader dan keluarga tentang hipertensi menggunakan kuesioner.

Sasaran kegiatan ini adalah kader dan keluarga lansia hipertensi dengan jumlah 20 orang. Lokasi kegiatan adalah di RW 08 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dari tanggal 7 September – 7 November 2022. Materi pelatihan yang diberikan mencakup program CERDIK dan PATUH sesuai rekomendasi Kemenkes, pengenalan masalah hipertensi, intervensi sederhana untuk mengurangi gejala hipertensi, modifikasi lingkungan hipertensi dan penggunaan fasilitas kesehatan untuk penanganan masalah hipertensi. Evaluasi dilakukan mencakup proses pelaksanaan kegiatan dan capaian luaran kegiatan yang dilakukan dengan melaksanakan *pre-test* dan *post-test* terukur mengenai pengetahuan kader dan keluarga tentang perawatan lansia hipertensi sesuai materi edukasi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan pada tanggal 7 September – 7 November 2022 di RW 08 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang. Jumlah sasaran kegiatan adalah 20 orang yang terdiri dari kader dan keluarga lansia hipertensi. Hasil kegiatan berdasarkan tahapan kegiatan yang dilakukan diuraikan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan Kegiatan

Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan kegiatan adalah koordinasi dan sosialisasi rencana kegiatan dengan mitra, melakukan pre-test untuk menilai pengetahuan kader dan keluarga tentang hipertensi, merancang metode pelaksanaan untuk pemecahan masalah mitra dan membuat teknologi pendukung kegiatan. Dari kegiatan ini didapatkan hasil berupa adanya kesepakatan tim dan mitra untuk pelaksanaan kegiatan, mitra dan tim memiliki pemahaman yang sama tentang kegiatan pengabdian yang akan dilakukan, didapatkan data kuantitatif tingkat pengetahuan kader dan keluarga dan terancanganya metode dan teknologi pendukung kegiatan seperti booklet dan ppt.

2. Tahap Implementasi

Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap implementasi adalah memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang konsep hipertensi dan penatalaksanaannya, pemberdayaan kader juga dilakukan dengan melatih kader dalam mengecek tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Kader didampingi secara langsung untuk mengukur tekanan darah pada lansia. Pada keluarga juga diberikan pelatihan yang bertujuan untuk memandirikan keluarga dalam merawat lansia hipertensi di rumah.

3. Tahap Evaluasi

Rangkaian kegiatan evaluasi yang dilakukan adalah melakukan post-test tentang pengetahuan kader dan keluarga tentang hipertensi dan penatalaksanaannya. Selain mengevaluasi pengetahuan, evaluasi juga dilakukan terhadap penggunaan media edukasi dan keefektifan dari kegiatan yang dilakukan

Berdasarkan hasil evaluasi, gambaran pengetahuan kader dan keluarga sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kader dan Keluarga tentang Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Program PKM (n=20)

No	Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		n	%	n	%
1	Baik	6	30	18	90
2	Kurang baik	14	70	2	10
Total		20	100	20	100

Berdasarkan tabel di atas, setelah dilakukan program PKM terjadi peningkatan jumlah kader dan keluarga yang memiliki pengetahuan baik tentang hipertensi. Sebelum pelaksanaan PKM, hanya 30% kader dan keluarga yang memiliki pengetahuan baik, setelah implementasi program PKM terjadi peningkatan persentase kader dan keluarga dengan pengetahuan baik tentang hipertensi yaitu 90%.

Dokumentasi dari kegiatan yang telah dilakukan dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 1. Foto Bersama kader, keluarga dan lansia hipertensi



Gambar 2. Pemeriksaan tekanan darah pada lansia

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan yaitu memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang penatalaksanaan hipertensi. Hasil dari kegiatan yang dilakukan adalah didapatkannya peningkatan pengetahuan pada kader dan keluarga. Kegiatan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan pada sasaran kegiatan edukasi (Desnita et al, 2020). Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat meningkatkan keterampilan kader dan keluarga dalam merawat lansia hipertensi. Bagi kader juga dapat nantinya mengajarkan langsung ke pasien tentang perawatan hipertensi. Menurut penelitian Harahap et al. (2019) pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi meliputi arti penyakit hipertensi, penyebab hipertensi serta pentingnya melakukan pengobatan yang teratur serta mengetahui bahaya yang ditimbulkan jika tidak minum obat.

Keluarga menjadi salah satu sasaran pada kegiatan pengabdian ini karena menurut beberapa penelitian dukungan keluarga dibutuhkan oleh lansia untuk patuh dalam pengobatan. Hasil penelitian Wulandari dan Puspita (2019) anggota keluarga yang memberikan dukungan secara baik serta menunjukkan sikap caring kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi memiliki peran penting dalam kepatuhan berobat. Perhatian anggota keluarga mulai dari mengantarkan ke pelayanan kesehatan, membantu pembiayaan, mengingatkan minum obat terbukti pasien lebih patuh dalam menjalani pengobatan dibandingkan penderita yang kurang mendapat perhatian.

Lansia dengan hipertensi membutuhkan dukungan dari keluarga dalam perawatannya. Keluarga berperan sebagai motivator terhadap anggota keluarganya yang sakit sehingga mendorong anggota keluarga untuk terus berpikir positif terhadap sakitnya dan patuh terhadap pengobatan yang dianjurkan tenaga kesehatan (Friedman, 2013).

KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan dapat disimpulkan terdapat peningkatan pengetahuan kader dan keluarga setelah diberikan pelatihan tentang penatalaksanaan hipertensi. 90% kader dan keluarga memiliki pengetahuan yang baik tentang penatalaksanaan hipertensi setelah kegiatan PKM. Kader dan keluarga diharapkan dapat merawat lansia hipertensi di rumah sehingga tekanan darah lansia terkontrol dan derajat kesehatan lansia meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyanti, R., Preharsini, I. A., Sipolio, B. V. (2020). Edukasi kesehatan dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia. *To Maega / Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3 (2), 74 – 82. DOI: <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>

- Desnita, R., Andika, M., Sugiharto, & Efendi, Z. (2020). Pemberdayaan Pasien dan Keluarga dalam Manajemen Diet Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Padang. *Jurnal Implementasi Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 52-57.
- Friedman, M.M., Bowden, V.R., & Jones, E.G. (2013). *Keperawatan keluarga: riset, teori dan praktik* (editor: Estu Tiar). New Jersey: Pearson Education.
- Harahap, D. A., Aprilla, N., & Muliati, O. (2019) Hubungan pengetahuan penderita hipertensi tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat antihipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 3(2). DOI: <https://doi.org/10.31004/jn.v3i2.493>
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396>
- Kemenkes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Nuryanto, K. dan Adiana, N. (2019). Dukungan Sosial Dan Perilaku Promosi Kesehatan Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), 151–159. doi: 10.37294/jrkn.v1i2.72.
- World Hypertension League. (2020). World Hypertension Day Fact Sheet. 2021–2022. <https://www.moh.gov.sa/en/HealthAwareness/healthDay/2017/Pages/HealthDay-2017-05-17.aspx>
- Wulandari, R., & Puspita, S. (2019). Hubungan pengetahuan, dukungan keluarga dan peran petugas kesehatan dengan kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalani pengobatan. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 4 (3), 340 – 352.