

PENCEGAHAN HIPERTENSI DAN PERAWATAN PASIEN STROKE DI RUMAH DI DESA CIKARAMAS DAN DESA WARGALUYU, KECAMATAN TANJUNG MEDAR KABUPATEN SUMEDANG

Mardiah, W., Ibrahim, K. dan Setyorini, D.
Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran
E-mail: wiwimamad@yahoo.co.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat termasuk kader dan keluarga, karena dampaknya yang membahayakan kesehatan bila tidak segera dicegah dapat jatuh pada berbagai kondisi yang berbahaya di antaranya adalah stroke. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberdayakan kader kesehatan dalam pencegahan hipertensi dan perawatan stroke di rumah di Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu Kecamatan Tanjungmedar, Kabupaten Sumedang dengan cara mengadakan penyuluhan dan pelatihan kader kesehatan di kedua desa tanggal 4 Februari 2014, dengan jumlah kader posyandu yang hadir sejumlah 11 peserta, dari 26 kader yang diundang ditambah dengan mahasiswa KKNM yang hadir sejumlah 18 mahasiswa. Di Desa Cikaramas kegiatan dilaksanakan pada hari dan tanggal yang berbeda dengan Desa Wargaluyu, pelatihan dihadiri oleh 19 orang kader dari 25 kader yang diundang, ditambah dengan 18 mahasiswa Unpad. Metode yang digunakan saat pelatihan kader untuk aspek pengetahuan adalah *pretest*, ceramah serta tanya jawab dan diakhiri dengan *posttest* sedangkan untuk aspek keterampilan pada pelatihan perawatan pada pasien stroke di rumah dengan memberikan demonstrasi, yang selanjutnya para kader diminta mempraktikkan beberapa tindakan yang sudah diberikan melalui pelatihan praktik pada mahasiswa KKN yang didampingi DPL. Hasil yang didapatkan pada saat pelaksanaan pelatihan kader dari aspek pengetahuan terdapat peningkatan nilai rata-rata *pretest* dan para kader dapat mempraktikkan tindakan perawatan yang sederhana pada pasien stroke seperti memandikan pasien mengemasasi dan *oral hygiene* pada pasien stroke serta dari evaluasi pengetahuan terdapat peningkatan. Pelatihan kader kesehatan yang telah dilaksanakan hendaknya dapat dilanjutkan secara berkesinambungan pada keluarga pasien yang dirawat di rumah dengan pendampingan petugas kesehatan.

Kata Kunci: Hipertensi, pencegahan, pelatihan, kader desa Cikaramas, desa Margaluyu

ABSTRACT

Hypertension is a disease that gets the attention of all people, including kader and families, because of the impact that endangers the health, if not prevented immediately could fall on a variety of hazardous conditions such as stroke. Community service aims to empower health workers in the prevention of hypertension and stroke care at home in the Village and the Village Wargaluyu Cikaramas District of Tanjungmedar Sumedang by conducting outreach and training of village health volunteers and village Cikaramas Wargaluyu dated 4 February 2014, the number of cadres posyandu present number of 11 participants, from 26 volunteers who were

invited coupled with KKNM students who attend a total of 18 students. While the Village Cikaramas carried the day and date different from Wargaluyu Village, the training was attended by 19 people kader of 25 volunteers who were invited, along with 18 students of Padjadjaran. The methods used during the training cadre for the knowledge aspect is the pre-test, lecture and question and answer session and ends with a post-test, whereas for the skills training aspect of care in stroke patients at home by giving demonstrations, which in turn asked the cadres in practice some action already given through practical training to students who accompanied DPL corruption. The results obtained during the implementation of the training cadre of aspects of knowledge there is an increase in the average pre-test score and the volunteers are able to practice the simple act of care in stroke patients such as bathing and oral hygiene mengemasasi patients in stroke patients, and there is an increasing knowledge of evaluation. Training of health volunteers have been implemented should be continued on an ongoing basis in the families of patients who were treated at home with the assistance of health workers.

Key words: *Hipertensi , prevention , training , Cikaramas village cadres , village Margaluyu*

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah salah satu penyakit yang paling umum dan paling berbahaya, jumlah terjadinya dan jumlah kasus tidak terdeteksi, tetapi hampir 15% dari semua orang dewasa di negara maju, dan sekitar 20-25% dari semua orang yang berumur di atas 40 tahun, memiliki tekanan darah tinggi.

Data Riskesda Jawa Barat tahun 2007 menunjukkan prevalensi hipertensi di Kabupaten Sumedang menempati urutan kedua tertinggi (12%) setelah Karawang dengan prevalensi 12,1%. Berdasarkan data dari Dinas Kabupaten Sumedang Periode Oktober 2012 jumlah penderita hipertensi lebih dari usia 19 tahun sebanyak 7398 orang meningkat dibandingkan tiga bulan sebelumnya Juli sebanyak 4996 orang; Agustus sebanyak 5242 orang dan September 5907 orang. Berdasarkan data di Puskesmas Kecamatan Tanjung Medar Hipertensi menempati urutan kedua yaitu 1844 pasien setelah ISPA sebanyak 2640 pasien.

Risiko hipertensi adalah riwayat keturunan, kegemukan (obesitas), stres, merokok, minum alkohol, menderita diabetes mellitus, mengkonsumsi garam berlebih, dan kurang berolah raga. Pada penderita hipertensi, apabila disertai stress dan obesitas, tekanan darah dapat meningkat.

Upaya untuk memperkecil risiko-risiko di atas diperlukan suatu usaha pencegahan yang didukung serta dilakukan oleh semua pihak baik keluarga,

petugas kesehatan maupun masyarakat. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk mengatasi hipertensi di antaranya adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader yang meliputi: asupan gizi rendah garam untuk pasien yang mengidap hipertensi, melakukan pemeriksaan secara rutin, dan segera memeriksakan diri jika ada keluhan yang berhubungan dengan gejala-gejala hipertensi.

Namun, pada kenyataannya masih banyak pasien yang tidak dapat melakukan hal tersebut karena berbagai keterbatasan sehingga dibutuhkan pendampingan oleh Petugas Kesehatan. Selain itu terbatasnya jumlah petugas kesehatan juga menjadi masalah yang tidak pernah teratasi sehingga peran serta masyarakat dalam hal ini Kader Kesehatan sebagai kepanjangan tangan dari petugas kesehatan sangat dibutuhkan.

Perguruan Tinggi dengan Tridarmanya berkewajiban untuk berperan serta dalam berbagai upaya untuk menyukseskan pembangunan termasuk di dalamnya peningkatan kesejahteraan masyarakat dalam bidang kesehatan. Kegiatan KKNM-PPMD Integratif ini dapat sebagai ujung tombak dalam peran serta perguruan tinggi meningkatkan tingkat kesehatan masyarakat. Masyarakat yang berhubungan erat dengan kondisi ini adalah Kader Kesehatan setempat, dan selama ini Kader Kesehatan tersebut di bawah pembinaan Puskesmas wilayah terkait.

Berdasarkan uraian di atas diperlukan suatu kerjasama antara mahasiswa dan dosen yang terlibat dalam kegiatan KKNM-PPMD Integratif dengan Kader Kesehatan. Konsep yang digunakan untuk mengatasi masalah di atas adalah dengan melakukan pelatihan kader mengenai upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah. Selama kegiatan KKNM-PPMD Integratif, pendampingan Kader Kesehatan dilakukan oleh mahasiswa dan dosen yang terlibat dalam KKNM-PPMD Integratif.

A. Perumusan Masalah

Tahapan pengumpulan data dilakukan melalui para pegawai desa dan dari pihak puskesmas terungkap bahwa ada 10 orang yang mengalami penyakit stroke yang dirawat di rumah setelah sebelumnya dirawat di sebuah rumah sakit di Bandung dengan melakukan perawatan di rumah, dengan cara yang tidak pernah diajarkan oleh tim kesehatan tentang perawatan pasien stroke di rumah terutama untuk kebersihan diri pasien. Keluarga juga mengungkapkan bahwa mereka belum mengetahui bagaimana dan apa saja yang harus dilakukan dalam perawatan pasien di rumah dan bagaimana cara hipertensi itu dapat dicegah.

Menurut keluarga penderita bahwa hipertensi adalah darah tinggi yang bisa dirasakan gejalanya pusing dan lemas sehingga tidak dapat melakukan pekerjaan sehari-hari. Keluarga dan kader juga berpendapat bahwa belum pernah ada penyuluhan tentang hipertensi termasuk pencegahannya, selain itu mereka tidak mengetahui bahwa hipertensi itu dapat menyebabkan stroke yang sekarang dialami oleh sebagian penderita (sepuluh orang pasien yang sedang dirawat di rumah) pascaperawatan di sebuah rumah sakit. Hal itu dapat masalah utama karena upaya pencegahan merupakan gerbang utama untuk mencegah terjadinya hipertensi, yang dapat menyebabkan stroke dan perlu perawatan.

Dengan melakukan pencegahan masyarakat dapat menghindari terjadinya hipertensi sehingga mereka tetap sehat dan yang mengalami gangguan hipertensi dapat dikurangi risikonya sedangkan yang mengalami perawatan stroke di rumah dapat dirawat dengan baik. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemberdayaan kader dalam upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah.

Tujuan Umum

KKNM-PPMD Integratif bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Kader Kesehatan dalam upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah di Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu Kecamatan Tanjung Medar, Kabupaten Sumedang.

Khusus

KKNM-PPMD Integratif bertujuan secara khusus sebagai berikut.

1. agar kader Kesehatan mempunyai pengetahuan tentang pencegahan hipertensi.
2. agar kader Kesehatan mempunyai pengetahuan tentang upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah.
3. penjangkaran pasien hipertensi dan stroke yang dirawat di rumah.
4. agar puskesmas membina dan memberi pendampingan berkelanjutan kepada Kader Kesehatan dalam upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah.

BAHAN DAN METODE

Intervensi yang dilakukan untuk pemberdayaan masyarakat desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu, Kecamatan Tanjungmedar adalah dengan cara melakukan penyuluhan tentang pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah, karena sesuai dengan teori yang akan diambil adalah *theory self care*, yaitu dengan mamandirikan masyarakat dan memberdayakan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatannya terutama kesehatan jiwa.

Realisasi dari pemecahan masalah tentang upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah secara optimal adalah dengan mengadakan pelatihan Kader Kesehatan di Desa Cikaramas pada tanggal 31 Januari 2014, jumlah peserta yang hadir 19 orang dan di Desa Wargaluyu pada tanggal 4 Februari 2014 jumlah peserta yang hadir 11 orang.

Pelatihan kader kesehatan tentang upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Pelatihan diawali dengan *pretest* ceramah, selanjutnya diskusi untuk menilai keaktifan untuk meyakinkan bahwa peserta memang secara kognitif dan psikomotorik dapat melakukan deteksi kepada pasien keluarga dalam upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah.

Adapun khalayak sasaran yang dipilih dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah seluruh kader kesehatan yang ada di Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu Kecamatan Tanjungmedar Kabupaten Sumedang.

Metode yang digunakan kegiatan ini adalah pelatihan pada kader kesehatan yang diawali dengan hal berikut.

1. melakukan pengkajian tentang kondisi kesehatan masyarakat di Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu, Kecamatan Tanjungmedar, Kabupaten Sumedang.
2. data hasil pengkajian dicocokkan dengan fihak Desa masing-masing selanjutnya disetujui untuk dilakukan kegiatan Pelatihan Kader Kesehatan, dengan tempat, waktu dan materi yang telah disetujui antara kader, mahasiswa, dan tim PKM.
3. kegiatan pelatihan kader kesehatan ini dimulai dengan pembukaan dari Kepala Desa.
4. kegiatan pelatihan diawali dengan perkenalan tim PKM dan kader, kemudian penjelasan tujuan PKM, setelah itu *pretest* diadaakan.
5. pemberian materi tentang hipertensi dan pencegahannya serta perawatan stroke di rumah dengan metode ceramah dan diskusi.
6. tanya jawab materi tentang hipertensi, stroke, upaya pencegahan, dan perawatan pasien stroke di rumah didampingi satu orang fasilitator yang telah dilengkapi dengan materi dan modul. Fasilitator itu bertugas untuk memotivasi kelompok untuk berdiskusi dan aktif bertanya.
7. di akhir acara pelatihan kader dilakukan *posttest*; para kader mencoba melakukan keterampilan salah satu tindakan perawatan pada pasien di rumah dan dilakukan pembuatan rencana tindak lanjut berupa kontrak waktu untuk pelaksanaan kunjungan rumah ke pasien yang mengalami stroke.
8. melakukan kegiatan evaluasi pada kader kesehatan setelah kunjungan rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan kader dimulai dengan pengisian daftar hadir kemudian pembukaan oleh kepala desa, pembagian bahan pelatihan berupa buku, alat tulis, dan buku panduan tentang pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah. Penyampaian materi dilakukan dengan ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan pelatihan kader kesehatan di Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana.

Pelatihan kader di Desa Cikaramas

Kegiatan pelatihan kader kesehatan bertempat di Balai Pertemuan Desa Cikaramas di lantai dua.

- a. Pelatihan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 31 Januari 2014 sesuai dengan rencana pelatihan; dimulai pukul 09.00 dan diakhiri pukul 14.00.
- b. Peserta pelatihan Kader Kesehatan berjumlah 11 orang (dari 25 orang yang diundang), ditambah dengan 18 orang mahasiswa KKN.
- c. Selain kader kesehatan, pelatihan dihadiri juga oleh ketua PKK desa Cikaramas dan Sekertaris Desa setempat.
- d. Pada saat diskusi dan tanya jawab peserta pelatihan sangat aktif berpartisipasi.
- e. Pelatihan diakhiri dengan *posttest* dan dicobakan untuk melakukan tindakan keterampilan sesuai

yang sudah diberikan dalam pelatihan.

Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan dilakukan sesuai dengan jadwal di masing-masing desa, pada saat pelaksanaan yang hadir hanya 19 orang kader dari 25 kader yang diundang ditambah jumlah mahasiswa sebanyak 18 orang, ibu PKK dan tiga orang aparat desa.

Terjadi peningkatan pengetahuan 20% setelah diadakan pelatihan menggambarkan bahwa Tabel 1. Rata-rata nilai peningkatan pengetahuan masyarakat desa Cikaramas tentang pencegahan hipertensi.

Materi	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Perubahan
Penyebab hipertensi	18	43	25
Dampak hipertensi	19	39	20
Tindakan pencegahan	14	33	19
Total	51	105	64

kader lebih aktif melakukan sosialisasi daripada sebelumnya.

Kader kesehatan mampu melakukan tindakan perawatan *personal hygiene* pada pasien stroke yang selama ini tidak pernah dilakukan oleh kader sebelumnya.

Pelatihan Kader di Desa Wargaluyu

- a. Kegiatan pelatihan kader kesehatan bertempat di Balai Pertemuan Desa Wargaluyu.
- b. Pelatihan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 4 Pebruari 2014. Sesuai dengan rencana pelatihan dimulai jam 09.00 dan ditutup pukul 14.00.
- c. Peserta pelatihan kader kesehatan yaitu 11 orang Kader Kesehatan di Desa Wargaluyu
- d. Selain kader kesehatan, pelatihan dihadiri juga oleh Kepala Desa Sukajadi, ketua PKK (istri Kepala Desa) dan Sekertaris Desa.
- e. Pada saat diskusi dan tanya jawab peserta pelatihan sangat aktif berpartisipasi.
- f. Pelatihan diakhiri dengan *posttest* dan dicoba untuk melakukan tindakan keterampilan sesuai yang sudah diberikan dalam pelatihan kemudian mereka melakukan penyusunan rencana kunjungan rumah pada pasien stroke yang dirawat di rumah di Desa Wargaluyu.

Pelaksanaan penyuluhan dan Pelatihan di Desa Wargaluyu

Pelaksanaan penyuluhan dan Pelatihan sesuai dengan yang telah direncanakan di tiga dusun; waktu pelaksanaan sesuai dengan kesepakatan. Jumlah peserta sebanyak 11 orang kader dari 25 kader yang diundang, ditambah dua orang ibu PKK, istri Kepala Desa, 18 orang mahasiswa, Kepala Desa, dan Sekertaris Desa.

- a. Terjadi peningkatan pengetahuan 20% setelah diadakan penyuluhan.
- b. Sarana penyuluhan berupa buku sangat membantu.
- c. Kader kesehatan mampu melakukan penyuluhan dan memberikan contoh perawatan *personal hygiene* pada pasien stroke yang dirawat di rumah.

Tabel 2. Rata-rata nilai peningkatan pengetahuan masyarakat desa Cikaramas tentang pencegahan hipertensi.

Materi	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Perubahan
Penyebab hipertensi	18	43	25
Dampak hipertensi	19	39	20
Tindakan pencegahan	14	33	19
Total	51	105	64

Rencana tindak lanjut dari program ini adalah menerapkan proses perawatan dasar pada pasien stoke yang dirawat di rumah dan pencegahan hipertensi sebagai upaya meningkatkan kesehatan masyarakat dan mencegah angka kesakitan yang bertambah pada pasien hipertensi dan stroke. Untuk itu Tim PKM berusaha untuk memantau dan membina serta bekerjasama dengan Petugas Kesehatan terutama kader dan masyarakat setempat.

SIMPULAN

Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan kader kesehatan sebagai upaya pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu Kecamatan Tanjungmedar Kabupaten Sumedang dapat dilaksanakan dengan baik, berkat dukungan dan partisipasi aktif dari Kepala Desa beserta jajarannya, kader, dan warga masyarakat Desa Cikaramas dan Desa Wargaluyu. Dengan kegiatan PKM Dosen ini pengetahuan dan kemampuan kader meningkat dalam hal pencegahan hipertensi dan perawatan pasien stroke di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Breslin. E.T., dan V.A. Lucas. 2003. *Wommen's Health Nursing: Toward Evidence-based Practice*. Philadelphia: St. Louis.
- <http://ibundayusufhanun.wordpress.com//perawatan-pasien-stroke-di-rumah>; diakses tanggal 13 Februari 2013.
- <http://sehatkufreemagazine.wordpress.com//tips-merawat-pasien-stroke-di-rumah>; diakses tanggal 18 Agustus 2012.