

Edukasi Pencegahan dan Penanganan Hipertensi untuk Meningkatkan Kualitas Hidup pada Lansia

Fatma Nuraisyah*¹, Hafizh Radityo Kusumo²

^{1,2} Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta

*e-mail: fatma.nuraisyah@ikm.uad.ac.id

Diterima: 5 Oktober 2021; Direvisi: 29 Oktober; Disetujui: 30 Oktober 2021

Abstract

Hypertension has been one of noncommunicable diseases increasing on going years in worldwide. Almostly, hypertension is elderly. Prevention and self-care is releated with quality of life. The study aim to education prevension and self-care for increased of quality of life to elderly. Methode is analysis descriptive with leaflet spreads and true experiment approach with pretest-postest value design. Result: we founded difference among pretest value with posttest value.

Keywords: Education, hypertension, elderly

Abstrak

Hipertensi telah menjadi salah satu penyakit tidak menular yang terus meningkat dari tahun ke tahun di dunia. Hampir semua penderita hipertensi berusia lanjut. Pencegahan dan perawatan diri berhubungan dengan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk pendidikan pencegahan dan perawatan diri untuk peningkatan kualitas hidup pada lansia. Metode yang digunakan adalah deskriptif analisis dengan penyebaran leaflet dan pendekatan true eksperimen dengan desain nilai pretest-postest. Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara nilai pre-test dengan nilai post-test.

Kata Kunci: Pendidikan, hipertensi, usia lanjut

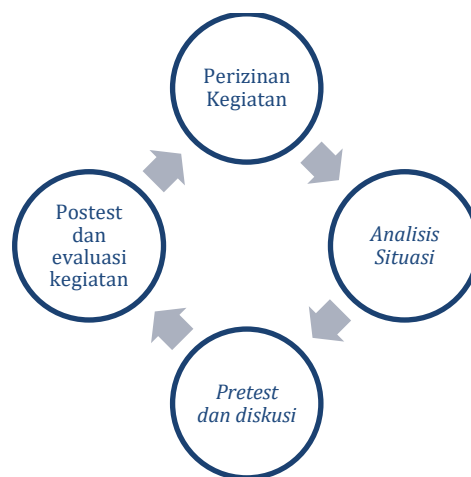
1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, namun dapat dicegah dan dikontrol dengan penanganan yang tepat (Osamor, 2011; Hussain *et al.*, 2016). Kebanyakan orang tidak menyadari bahwa mengalami hipertensi. Estimasi prevalensi hipertensi secara global sebesar 1,28 juta diantaranya umur 30-79 tahun dari total penduduk dunia di Negara berkembang dan menengah tahun 2021 (World Hearth Organization, 2021). Prevalensi penderita hipertensi lebih banyak pada usia 55-64 Tahun (55,2%), 65-74 Tahun (63,2%) dan >75 Tahun (69,5%) di Indonesia (Kementerian Kesehatan, 2018). Secara nasional, provinsi yang berada pada urutan kesembilan dengan angka prevalensi hipertensi 33,43% di DKI Jakarta. Kelompok usia lanjut dengan hipertensi dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup (World Hearth Organization, 2021). Pengetahuan dan penanganan yang tidak tepat dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang terutama pada usia lanjut (Nuraisyah, Putri, *et al.*, 2021). Distribusi dari identifikasi permasalahan kesehatan di Kelurahan Cipinang Melayu hipertensi berada pada posisi pertama, kemudian diabetes, diare, jantung dan penyakit pernafasan di wilayah kerja Puskesmas Cipinang Melayu (Puskesmas Melayu Cipinang, 2021).

Berdasarkan data yang diperoleh bahwa hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang berada pada posisi pertama di wilayah kerja Puskesmas Cipinang Melayu (Puskesmas Melayu Cipinang, 2021). Berdasarkan data diatas, tujuan dari kegiatan yaitu untuk melakukan edukasi pencegahan dan penanganan hipertensi untuk meningkatkan kualitas hidup pada usia lanjut/lansia.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2021 yang bersedia sebanyak 31 orang lansia di Kelurahan Cipinang Melayu, Kec. Makasar, Kota Jakarta Timur. Sasaran dari kegiatan ini adalah usia lanjut, dikarenakan berdasarkan data dari wilayah kerja (Puskesmas Melayu Cipinang, 2021) menunjukkan bahwa lansia dengan hipertensi banyak mendiami di dusun tersebut. Untuk menghindari adanya perkumpulan, persebaran dikondisi kasus covid 19, sehingga metode dilaksanakan menggunakan desain *true eksperiment* dengan cara menyebarkan *leaflet door to door* serta mematuhi protokol kesehatan dari pemerintah (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2020). Tahapan pelaksanaan acara terbagi menjadi 3 bagian dilaksanakan sebagai berikut: 1. Adanya *Pretest* 2. Penyuluhan tentang pencegahan dan penanganan hipertensi untuk meningkatkan kualitas hidup pada usia lanjut, tanya jawab antara pemateri dengan peserta, 3. *Posttest* dan evaluasi kegiatan. Analisis yang digunakan yaitu analisis deskripsi dan menghitung nilai rerata dari *pretest-posttest* untuk melihat efektifitas edukasi penyuluhan yang menggunakan *leaflet*.



Gambar 1. Proses perencanaan kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan ini diperoleh nilai rerata *pretest* 6 sedangkan nilai *posttest* 10 dengan jumlah peserta sebanyak 31 orang di Kelurahan Cipinang Melayu. Peserta yang bersedia paling banyak berjenis kelamin perempuan 20 orang dan laki-laki sebanyak 11 orang. Metode yang digunakan saat penyebaran *leaflet*, tim mendatangi secara *door to door* ke para peserta yang bersedia ikut dalam kegiatan. Pelaksanaan *pretest* dilaksanakan sebelum *leaflet* diserahkan ke peserta. Setelah itu, tim pelaksana menjelaskan materi-materi tentang pencegahan dan

penanganan hipertensi pada lansia yang sudah tersedia pada *leaflet*. Selama pembagian *leaflet* ini berlangsung, terlihat adanya sikap antusias dan perhatian terhadap pemaparan materi dengan adanya diskusi tentang hipertensi pada lansia. Selanjutnya, peserta diminta kembali untuk ikut *posttest*.

Berdasarkan dari perolehan nilai *pretest-posttest* dapat disimpulkan bahwa metode penyuluhan dengan menyebarkan *leaflet* untuk diseminasi pencegahan dan penanganan hipertensi pada lansia masih efektif. Dengan adanya metode penyuluhan dengan cara *leaflet* masih dianggap salah satu *transfer knowledge* yang masih efektif dalam diseminasi informasi baik bidang kesehatan maupun bidang lainnya (Yulinda and Fitriyah, 2018; Adnan and Siswani, 2019; Diaudin, 2019; Simamora, H., Roymond, 2019; Nuraisyah, Matahari, *et al.*, 2021).

Diseminasi tentang hipertensi pada lansia dengan cara penyebaran *leaflet* disaat kondisi covid 19 meningkat sangat *usefull*, selain meningkatnya kasus covid 19, diingiri juga dengan perkembangan kasus insidensi hipertensi. Apabila tidak ada tindakan penyuluhan/penyebaran *leaflet* tentang pencegahan dan penanganan hipertensi pada usia lanjut. Kelompok usia lanjut dengan hipertensi dapat menurunkan kualitas hidup apabila tidak ditanganin dengan benar (Trevisol *et al.*, 2011).

4. SIMPULAN

Dengan adanya penyuluhan ini, adanya peningkatan pengetahuan terkait pencegahan dan penanganan hipertensi pada usia lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada *stakeholder*, para peserta, dan pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A. B. and Siswani, S. (2019) 'Peran Kader Jumentik Terhadap Perilaku Masyarakat Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD) di Wilayah Kerja Kelurahan Tebet Timur Tahun 2019', *jurnal kesehatan masyarakat*, 3(2), pp. 204–218.
- Diaudin, M. (2019) *Hubungan pengetahuan, peran petugas kesehatan, penyuluhan Kesehatan dan partisipasi keluarga dengan praktik pencegahan Demam berdarah dengue (dbd) di gampong blang Kecamatan meuraxa banda aceh Tahun 2019*. Universitas Muhammadiyah Aceh.
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (2020) 'Pedoman pencegahan dan pengendalian coronavirus disease (covid-19)', in *Revisi Ke-4*, pp. 84–85.
- Fazidah (2004) 'Digitized by USU digital library 1', pp. 1–13. doi: DOI: 10.1016/j.intell.2011.02.002.
- Hussain, M. A. *et al.* (2016) 'Prevalence, Awareness, Treatment and Control of Hypertension in Indonesian Adults Aged ≥ 40 Years: Findings from the Indonesia Family Life Survey (IFLS)', *Plos One*. Available at: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0160922>.
- Kementerian Kesehatan (2018) 'Riskesdas', in. Available at: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.

- Nuraisyah, F., Putri, J. S. P., *et al.* (2021) 'Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Lansia untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Non-Communicable Disease Prevention Education for the Elderly to Improve Quality of Life', 6(4), pp. 364–368.
- Nuraisyah, F., Matahari, R., *et al.* (2021) 'Pengaruh Pelatihan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Orang Tua', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 20(1), pp. 34–39.
- Osamor, P. E. (2011) 'Health Care Seeking For Hypertension In South West Nigeria', *Medical Sociology online*, 54(1), pp. 54–69. Available at: www.medicalsociologyonline.org.
- Puskesmas Melayu Cipinang (2021) *Puskesmas Cipinang Melayu Dalam Angka*.
- Simamora, H., Roymond, E. S. (2019) 'Penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat: Perawatan penderita asam urat dengan media audiovisual', *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(1). Available at: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jppm/article/view/20719>.
- Trevisol, D. J. *et al.* (2011) 'Health-related quality of life and hypertension: a systematic review and meta-analysis of observational studies', *Journal of Hypertension*, 29(2), pp. 179–188. doi: 10.1097/HJH.0b013e328340d76f.
- World Health Organization (2021) *Hypertension, World Health Organization*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Yulinda, A. and Fitriyah, N. (2018) 'Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah dan Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang SADARI di SMKN 5 SURABAYA', *jurnal Promkes*, 6(2), pp. 116–128.