p-ISSN: 2655-9226
e-ISSN: 2655-9218

Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), November 2024, 6 (3): 436-441
Available Online https://jak.ubr.ac.id/index.php/jak
DOI: 10.36565/jak. v6i3.717

Edukasi Perawatan Hipertensi dan Diabetes Melitus di Kelurahan Legok Kota Jambi

Fithriyani[1*], Miko Eka Putri[2]
[1,2] Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Baiturrahim
Jl. Prof. DR. Moh. Yamin No.30, Lebak Bandung, Kec. Jelutung, Kota Jambi, 36135, Jambi, Indonesia
[*]Email Korespondensi: *fithri.yani25@yahoo.co.id*

Abstract

Theprevalence of Non-Communicable Diseases has increased, including cancer, stroke, chronic kidney disease, diabetes mellitus, and hypertension. Government efforts have been carried out chronic disease management program (PROLANIS) which is a health service system and a proactive approach that is implemented in an integrated manner. The forms of activities carried out in the PROLANIS program include medical / educational consultation activities, home visits, reminders (evaluation of DM understanding), group activities and health status monitoring. Programs implemented by the government will not run optimally, if people's self-awareness is lacking. One of the efforts that can be done by health workers is education and community empowerment regarding knowledge of hypertension and diabetes mellitus including understanding, causes, signs and symptoms as well as prevention and treatment with complementary therapies. This community service activity will be carried out in Legok Village, Lake Sipin District, Jambi City. The target is around 20 people with educational methods about the treatment of hypertension and diabetes mellitus. The media used in bnetuk powerpoint (PPT) and leaflets of this activity were assisted by one member and 2 students of the Ners Profession. During the assessment of health problems in Legok Village , there were Hypertension and Diabetes Mellitus in almost all RT areas of Legok Village. Healthy living behavior of the community that is still very lacking, especially diet, exercise habits, medication control and lack of health services can be the cause of many hypertensive diseases. The expected outcome of this activity is the increasing understanding of the Legok village community about the treatment of Hypertension and Diabetes Mellitus. This activity was attended by 18 people from Rt 05 Legok Village, cadres and heads of RT along with Ners professional students. The enthusiasm of the community following this activity with many questions asked is hoped to increase people's understanding and be able to apply it in everyday life.

Keywords: *diabetes mellitus, education, hypertension, treatment*

Abstrak

Prevalensi Penyakit Tidak Menular mengalami kenaikan setiap tahunnya antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi. Pemerintah telah berupaya melakukan program pengelolaan penyakit kronis (PROLANIS) yang merupakan sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi. Bentuk kegiatan yang dijalankan dalam program PROLANIS meliputi aktifitas konsultasi medis/edukasi, home visit, reminder (evaluasi pemahaman DM), aktifitas kelompok dan pemantauan status kesehatan. Program yang dilaksanakan pemerintah tidak akan berjalan optimal, apabila kesadaran diri masyarakat kurang. Salah satu upaya yang dapat dilakukan tenaga kesehatan adalah edukasi dan pemberdayaan masyarakat mengenai pengetahuan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala serta pencegahan dan perawatannya dengan terapi komplementer. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Pelaksanaan dilakukan selama 6 bulan mulai dari

Diterbitkan Oleh:
LPPM Universitas Baiturrahim

Submitted: 29/02/2024
Accepted : 28/10/2024
Published: 27/ 11/2024

persiapan sampai pelaksanaan di RT 05 Kelurahan Legok Kecamatan Danau Sipin Kota Jambi. Sasaran peserta sebanyak 20 orang dengan metode edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Media yang digunakan materi dalam bnetuk powerpoint (PPT) dan leaflet kegiatan ini dibantu oleh satu orang anggota dan 2 orang mahasiswa Profesi Ners. Selama pengkajian masalah kesehatan di Kelurahan Legok terdapat penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus hampir diseluruh wilayah RT Kelurahan Legok. Hasil kegiatan ini didapatkan tejadinya peningkatan pemahaman masyarakat melalui pre dan post test. Kegiatan ini dihadiri oleh 18 orang masyarakat Rt 05 Kelurahan Legok, Kader dan ketua RT beserta mahasiswa profesi Ners. Antusiasme masyarakat mengikuti kegiatan ini dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan harapannya dapat meningkatkan pemahaman masyarakat dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : edukasi, diabetes melitus , hipertensi, perawatan

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO)[1] menjelaskan bahwa terdapat 1,13 miliar orang di dunia dengan hipertensi artinya bahwa jika ada 3 orang yang diperiksa maka 1 diantaranya akan terdiagnosa hipertensi dan hanya 36,8 % yang rutin untuk memeriksakan kesehatan dan minum obat. WHO juga memperkirakan Jumlah penderita hipertensi di dunia pada tahun 2020 akan meningkat terutama pada penduduk usia dewasa yaitu sebesar 1,56 miliar artinya bahwa orang dewasa akan hidup dengan kondisi mengalami Hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya akan ada 9,4 juta meninggal akibat hipertensi dengan berbagai komplikasi dan penyakit penyerta lainnya. PTM lain yang menjadi trend di masyarakat saat ini selain hipertensi adalah penyakit diabetes mellitus (DM). [2]

Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013. Penyakit yang termasuk dalam kelompok PTM antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi [2]. Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian premature di seluruh dunia, namun juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung dan gagal ginjal. [3]

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok usia 15-24 tahun adalah 13,2% pada kelompok usia 25-34 tahun adalah 20,1%, kelompok umur 35-44 tahun 31,6% usia 45-54 tahun 45,3%, usia55-64 tahun 55,2% untuk usia 65-74 tahun 63,2% sedangkan lebih dari 75 tahun adalah 69,5%, dengan prevalensi yang tinggi tersebut hipertensi yang tidak disadari jumlahnya bisa lebih tinggi lagi. Menghadapi pasien hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri mereka untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perawatan diri hipertensi meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik, dan konsumsi obat hipertensi. [2]. Angka hipertensi dan DM di Legok sendiri hampir diseluruh RT didapatkan kejadian hipertensi dan DM karena banyaknya usia.

Pemerintah Indonesia telah berupaya untuk melakukan upaya penanggulangan dan pencegahan terkait dengan PTM. Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) yang merupakan sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi. Bentuk kegiatan yang dijalankan dalam program PROLANIS meliputi aktifitas konsultasi medis/edukasi, home visit, reminder (evaluasi pemahaman DM), aktifitas kelompok dan pemantauan status kesehatan. Program yang dilaksanakan pemerintah tidak akan berjalan optimal, apabila kesadaran diri masyarakat kurang. Menumbuhkan kesadaran diri untuk mau dan mampu mengendalikan suatu penyakit bukan suatu hal yang mudah untuk dilakukan, kondisi ini dibutuhkan latihan yang dilaksanakan secara konsisten dengan pemantau yang baik, sehingga perubahan perilaku dapat terjadi [4].

Perilaku kesehatan yang kurang baik, menyebabkan masyarakat memiliki masalah kesehatan terutama hipertensi dan DM. Masalah kesehatan ini dapat disebabkan oleh gaya hidup, pola makan, aktivitas, olahraga, stress dan kurangnya perhatian terhadap pentingnya pemanfaatan fasilitas kesehatan. Pemahaman masyarakat akan PTM khususnya hipertensi dan DM hanya berkaitan dengan penanganan diet, minum obat, dan perawatan luka, namun masyarakat belum memahami bagaimana cara modifikasi gaya hidup untuk bisa hidup berdapingan dengan penyakit yang diderita [5]. Hal ini pun dapat terjadi karena kurangnya program maupun sistem pendukung dari tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan tenaga kesehatan adalah edukasi dan pemberdayaan masyarakat mengenai pengetahuan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala serta pencegahan dan perawatannya [4]. Pada penyakit ini lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda . [6]

Kelurahan legok merupakan wilayah kerja puskesmas putri ayu di Kota jambi, yang merupakan wahana praktek klinik profesi Ners mahasiswa STIKes Baiturahim Jambi. Selama pengkajian masalah kesehatan di Kelurahan Legok terdapat penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus hampir diseluruh wilayah RT Kelurahan Legok. Prilaku hidup sehat masyarakat yang masih sangat kurang terutama pola makan, kebiasaan berolah raga, kontrol pengobatan dan kurang kepelayanan kesehatan bisa menjadi penyebab banyak nya penyakit hipertensi dan Diabetes Melitus. Hal ini dapat dilihat bahwa pengetahuan masyarakat tentang DM dan hipertensi masih sangat kutang, maka perlu dilakukannya upaya edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengadian masyarakat ini dengan rincian sebagai berikut:

1. Waktu dan tempat pelaksanaan
   Waktu Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada 22 Mei 2023 di Rt 05 kelurahan Legok Kota Jambi.
2. Tujuan kegiatan
   Tujuan kegiatan ini diharapkan masyarakat memahami tentang perawatan penyakit hipertensi dan DM.
3. Sasaran dan kontribusi peserta
   Sasaran kegiatan adalah masyarakat di Kelurahan Legok berjumlah 18 orang masyarakat Rt 05, kader dan ketua RT. Kontribusi peserta dapat mengikuti kegiatan edukasi.
4. Bentuk kegiatan berupa edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi dan diabetes melitus dan demontrasi terapi herbal daun seledri.
5. Tahapan kegiatan mulai dari :
   a. Persiapan : Koordinasi tim pengusul dalam menyusun bentuk kegiatan, Melakukan identifikasi masalah mitra dan menyiapkan alat, bahan dan media kegiatan.
   b. Pelaksanaan :
      1) Peserta : masyarakat kelurahan legok
      2) Tempat : rumah Ketua RT 05
      3) Waktu : 45-60 menit
      4) Materi : perawatan hipertensi dan DM dan terapi komplementernya menggunakan daun seledri

c. Monitoring dan evaluasi : Peserta dapat memahami materi yang disampaikan dan dapat menerapkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi dan diabetes melitus" yang telah terlaksana pada 22 Mei 2023 pukul 16.00 s.d 17.30 WIB. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadari oleh 18 orang masyarakat RT 05 Kelurahan Legok, 2 orang kader , ketua RT 05, dan tim 1 orang dosen dan 10 orang mahasiswa profesi Ners.

Kegiatan dimulai dengan warga mengisi daftar hadir. Sebelum dilakukannya edukasi masyarakat dilakukan pemeriksaan fisik berupa pengukuran tekanan darahdan gula darah. Kemudian dilakukan Edukasi tentang perawatan penyakit hipertensi dan diabetes melitus". Media yang digunakan berupa powerpoint untuk persentasi materi dan alat bantu Leaflet. Setelah edukasi dilakukan demonstrasi tentang terapi herbal hipertensi menggunakan daun seledri. Selama pemaparan materi peserta mendengarkan materi yang disampaikan lalu dilakukan tanya jawab. Secara keseluruhan, kegiatan berjalan dengan lancar serta antusiasme dari peserta juga sangat baik. Pada saat penyampaian materi, peserta sudah cukup paham terkait dengan materi yang diberikan.

Berdasarkan hasil pre test dan diskusi kegiatan, banyak masyarakat yang belum mengetahui penatalaksanaan hipertensi dan DM. Kurangnya pemahaman ini mengakibatkan terjadinya kambuh ulang. Dari hasil evaluasi kegiatan ini masyarakat 100% (post test) memahami penatakasanaan hipertensi dan DM dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu juga sosialisasi dan motivasi dari kader dan petugas Kesehatan puskesmas yang juga ikut berperan dalam meningkatkan prilaku masyarakatnya dalam menjaga kesehatan.

Kegiatan edukasi dalam pengabdian masyarakat merupakan langkah awal dan ampuh dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hasil kegiatan ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh [7] yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara tingkat pengetahuan akhir dengan tingkat pengetahuan awal pada responden yang telah mendapatkan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan dapat mempengaruhi perubahan perilaku responden karena adanya perubahan pengetahuan. Dengan diberikannya penyuluhan, maka responden yang semula belum mengetahui menjadi mengetahui dan memahami [8].

Gambar 1. Peserta Kegiatan Edukasi

Gambar 2. Pelaksanaan Edukasi

Gambar 3. Kegiatan pemeriksaan Tekanan Darah

Edukasi tentang kesehatan yang dilakukan kepada masyarakat supaya masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi dan DM dan mengantisipasi kambuh ulangnya. Informasi yang didapatkan dari edukasi dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Semakin meningkatnya pengetahuan pasien tentang hipertensi dan DM akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi dan DM sehingga tekanan darahnya tetap terkendali, pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya sehingga pasien menjadi lebih baik. Kegiatan ini sejalan dengan kegiatan Edukasi kesehatan pada kader kesehatan di Dusun Sukosari, Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang mengenai pentingnya pencegahan penyakit hipertensi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman para kader kesehatan terkait hipertensi pada lansia,[9] sementara Edukasi kesehatan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta dalam penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus[10].

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang perawatan hipertensi dan DM dilakukan dengan tujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang perawatan hipertensi dan DM. Kegiatan ini dialkukan di RT 05 Kelurahan Legok Kota Jambi. Hasil kegiatan didapatkan peningkatan pemahaman masyarakat RT 05 Kelurahan Legok tentang

perawatan DM dan Hipertensi. Selain edukasi juga dibutuhkan peran pihak Puskesmas dan RT untuk memotivasi dan menfasilitasi kegiatan pengendalian dan penatalaksanaan hipertensi dan DM pada masyarakatnya, dan berperan dalam memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada tim kegiatan pengabdian masyarakat yaitu dosen program studi ilmu keperawatan Stikes Baiturahim jambi yang bersama-sama menjalankan tridarma perguruan tinggi sebagai bagian pengabdian diri dalam dunia pendidikan dan kesehatan masyarakat khususnya di Kota Jambi, Kelurahan Legok Kota Jambi sebagai mitra yang telah mengizinkan dan menfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini sehingga berjalan dengan lancar beserta STIKes Baiturahim Jambi yang telah menjadi meyokong dana sehingga kegiatan ini dapat terlaksana sesuai dengan rencana dan berjalan sesuai yang diharapkan terutama dalam pemenuhan tugas dosen dalam menjalankan tridarma perguruan tinggi khususnya Stikes Baiturahim Jambi.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Non Communicable Diseases. (2021).
2. Riskesdas. Laporan Riskesdas 2018 Provinsi Jambi. Kementeri. Kesehat. Republik Indones. 500 (2018).
3. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. International Diabetes Federation. British Journal of Nursing (Kemenkes RI, 2019).
4. Khasanah, U., Anwar, S., Sofiani, Y. & ... Edukasi Masyarakat Dalam Peningkatan Pencegahan Dan Perawatan Hipertensi dan DM Desa Kaliasin Kecamatan Sukamulya Kabupaten Tangerang. Pros. Semin. Nas. Pengabdi. Masy. LPPM UMJ 1–10 (2019).
5. Smeltzer, Suzanne C., et al. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. (EGC, 2001).
6. Kementerian Kesehatan RI. Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia. (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.).
7. Hamzah, S., Hikma Saleh, S. N. & B, H. Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. J. Pengabdiaan Masy. Kasih 3, 7–13 (2022).
8. Muthia, F., Fitriangga, A. & R.S.A, S. N. Y. Perbedaan Efektifitas Penyuluhan Kesehatan menggunakan Metode Ceramah dan Media Audiovisual (Film) terhadap Pengetahuan Santri Madrasah Aliyah Pesantren Khulafaur Rasyidin tentang TB Paru T. J. Cerebellum 2, 646–656 (2015).
9. Ariyanti, R., Preharsini, I. A. & Sipolio, B. W. Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. To Maega J. Pengabdi. Masy. 3, 74 (2020).
10. Pakpahan, M., Eka, N. G. A., Tahulending, P. S., Aji, Y. G. T. & Yenny, Y. Edukasi Kesehatan Penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus. J. Kreat. Pengabdi. Kpd. Masy. 5, 3749–3761 (2022).