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

Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), November 2024, 6 (3): 604-608
Available Online https://jak.ubr.ac.id/index.php/jak
DOI: 10.36565/jak.v6i3.875

Penyuluhan tentang Pemanfaatan Fasilitas Kesehatan sebagai Sarana Pengobatan pada Penderita Hipertensi Di Desa Taipanggabe Wayu Matantimali Sulawesi Tengah

Mutmainnah.HS[1*], I Gede Restawan[2], Sri Purwiningsih[3], Imelda Kantohe[4] , Sabarulin[5], Anggri Alfira[6], Yunita Assa[7], Janice Sepang[8], Denny Susanto[9], Dwi Beni Kose[10]
[1-10]Prodi D3 Keperawatan dam Prodi S-1 Administrasi Kesehatan STIKes Bala Keselamatan
JL. Bali No. 22B *Palu*, Lolu Selatan, *Palu* Timur, Kota *Palu*, 94111, Sulawesi Tengah, Indonesia
[*]Email Korespondensi:*mutmainnah.flo@gmail.com*

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease (NCD) which is a health problem in society, one of ten diseases that cause mortality in Asia (Saha, Sana, Shana, 2006). Hypertension can cause coronary heart disease, congestive heart failure, stroke, kidney failure. 70% of strokes can be fatal and 65% affect the kidneys. This phenomenon is caused by changes in people's lifestyles globally, such as the easier it is to get ready-to-eat food, the lower consumption of salt, fat, sugar and calories. which continues to increase so that it has a big role in increasing the incidence of hypertension and the prevalence of hypertension continues to increase throughout the world in adults, 29.2%. There are 8 provinces in Indonesia with cases of hypertension sufferers exceeding the average, namely: South Sulawesi (27%), West Sumatra (27%), West Java (26%), West Java (26%), East Java (25%), North Sumatra (24%), South Sumatra (24%), Central Sulawesi (29.8%) Based on the 2020 Central Sulawesi Health Profile, the estimate for hypertension sufferers aged ≥ 15 years in Central Sulawesi province is 384,072 (2.33%). In the villages of Taipanggabe, Wayu and Matantimali, Sigi Regency, Central Sulawesi Province, 17 elderly people were found to have hypertension

Keywords: *hypertension, heart, kidney*

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah bagi kesehatan di masyarakat ,satu dari sepuluh penyakit yang menyebabkan mortalitas di Asia (Saha,Sana,Shana,2006) Hipertensi dapat menyebabkan jantung coroner ,gagal jantung kongestif ,strok , gagal ginjal ,gangguan fungsi ginjal dan masalah mata ,ini dapat berakibat fatal 70% Strok dan 65% mempengaruhi ginjal .Fenomena ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup masyarakat secara global ,seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji .,rendahnya konsumsi garam ,lemak ,gula dan kalori yang terus meningkat sehingga memiliki peranan besar dalam meningkatkan Kejadian hipertensi dan prevalensi hipertensi terus meningkat di seluruh dunia pada orang dewasa 29,2% .Provinsi di Indonesia terdapat 8 provinsi dengan kasus penderita hipertensinya melebihi rata-rata yaitu :Sulawesi selatan (27%),Sumatera Barat (27%),Jawa Barat (26%) ,Jawa Barat (26%) ,Jawa Timur (25%) ,Sumatera Utara (24%) ,Sumatera Selatan (24%),Sulawesi Tengah (29,8%) Berdasarkan Profil Kesehatan Sulawesi Tengah Tahun 2020 estimasi penderita Hipertensi berusia ≥ 15 tahun di provinsi Sulawesi Tengah adalah 384.072 (2,33%). Di Desa Taipanggabe,Wayu,dan Matantimali Kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah Total Lansia di desa tersebut ada 30 0rang namun pada kegiatan tersebut terdapat 17 orang lansia yang mengalami hipertensi .

Kata Kunci: ginjal, hipertensi, jantung

Diterbitkan Oleh:
LPPM Universitas Baiturrahim

Submitted: 16/10/2024
Accepted : 18/11/2024
Published: 27/11/2024

PENDAHULUAN

Hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg berdasarkan dua atau lebih pengukuran tekanan darah .Gangguan kardiovaskuler yang kompleks tidak hanya pengukuran tekanan darah dalam ambang batas normal ,akan terapi ada atau tidaknya factor risiko hipertensi ,kerusakan organ ,kelainan fisiologis dan system kardiovaskuler yang disebabkan oleh hipertensi.Dalam menegakkan diagnose pada pasien hipertensi memerlukan pengukuran secara berulang baik dalam keadaan istirahat ,tanpa adanya ansietas ,kopi,alcohol atau merokok.Di desa taipanggabe banyak lansia mengalami penyakit hipertensi dikarenakan konsumsi daging, dan lebih garam Tujuan penyuluhan tentang hipertensi dapat membantu fasilitas kesehatan sehingga data dapat diperbaharui ,lanisa dapat mencegah secara terkontrol melalui pemeriksaan kesehatan berkala ,dapat dilanjutkan pengobatan lebih intensif di puskesma maupun rumah sakit jika ada komplikasi pada penyakit Hipertensi .

Penyebab hipertensi dibagi menjadi dua yaitu Hipertensi primer,hipertensi sekunder Penelitian yang dilakukan oleh Adrigue dan Madias[1] menyatakan bahwa sebanyak 95% dari kasus hipertensi merupakan hipertensi primer atau hipertensi esensial . Identifikasi biasanya dilakukan melalui skrining atau mencari pelayanan kesehatan setelah merasakan adanya masalah .Hipertensi ini baru tampak jika sudah memperlihatkan adanya komplikasi pada organ lain misalnya pada mata, ginjal ,otak dan jantung .Resiko hipertensi terdiri dari diet ,obesitas,kurangnya aktivitas fisik ,merokok dan konsumsi alcohol berlebihan .

Penyuluhan yang dilakukan oleh fasilitas kesehatan dapat membantu Lansia lebih proaktif ,penyakit dapat dicegah melalui peningkatan pengetahuan yang akan diaplikasikan dalam gaya hidup .

METODE

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat dilakukan secara bersamaan dengan pengelola kampus stikes bala keselamatan dan pengelola gereja Program pelayanan tenaga kesehatan dilakukan oleh dosen STIKes Bala Keselamatan Palu ini menjadi salah satu bentuk wujud nyata dalam pengabdian melalui pemeriksaan kesehatan tekanan darah ,cek GDS,Senam Hipertensi dari kegiatan ini di Desa Taipanggabe,wayu dan matantimali dengan populasi lansia keseluruhan terdapat 17 Lansia dengan rentang usia 50-60 sebanyak 10 orang ,usia 61-65 sebanyak 5 orang ,67-80 orang 2 .Lansia dapat memanfaatkan tenaga kesehatan dalam mengontrol kesehatannya melalui sarana dan prasana yang sudah disediakan didalam acara penyuluhan .Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 29 September 2024 di Desa Matantimali Kabupaten Sigi ,Cakupan kegiatan dari program pemberdayaan Lansia didampingi oleh Stakeholder dan pengurus gereja Korp Matantimali .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dalam program pelayanan kesehatan dapat dilakukan secara berkala dan terarah sehingga para Lansia mendapatkan ilmu pengetahuan tentang Pemeriksaan kesehatan seperti Pentingnya Pencegahan Penyakit Hipertensi dan cara penanggulangan melalui Senam Hipertensi yang rutin harus dilakukan dan Kontrol Kesehatan pada tenaga kesehatan di layanan kesehatan terdekat ,Dosen dan stakeholder sangat membantu memfasilitasi dalam kegiatan tersebut semua dilakukan secara gratis pelayanan ini akan berdampak positif pada masyarakat dan Lanisa ,partisipasi Lansia sangat baik mereka berespon positif dan selalu berharap agar kerjasama terus

diupayakan berkesinambungan dalam jangka waktu yang panjang .Dalam pemeriksaan tekanan darah didapatkan hasil yang bervariatif dengan rata rata Hipertensi ini disebabkan Lansia tidak mengatur Pola makan yang baik ,dan Lansia tidak mengerti dengan cara mengatasinya melalui penyuluhan tentang Hipertensi dan cara pencegahannya disampaikan oleh Dosen STIKes Bala Keselamatan sehingga Lansia mulai paham dan mengerti apa yang harus dilakukan untuk mengatasi jika terdapat keluhan misalnya pusing kepala, mata berkunang kunang, tegang pada daerah leher dll.

Hasil Pemeriksaan menunjukkan bahwa dari 18 Lansia didapatkan 1 Orang tidak Hipertensi (Normal), 17 Orang diatas 120/90 mmHg .Kemudian Lansia dilatih Senam Hipertensi ,semua lansia mengikuti dalam kegiatan tersebut ,Hasil evaluasi yang didapatkan dengan dilakukan Pengukuran Tensi kembali oleh Tenaga kesehatan dengan hasil mengalami penurunan tekanan darah , diharapkan dapat menjadi salah satu acuan latihan fisik yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan pengendalian hipertensi .Salah satu tujuan untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen ke dalam otot-otot dan rangka yang aktif khususnya terdapat otot jantung .Senam atau berolahraga kebutuhan oksigen dalam sel akan meningkat untuk proses pembentukan denyut jantung ,sehingga curah jantung da nisi sekuncup bertambah .Dengan demikian tekanan darah akan meningkat akan berdilatasi atau meregang ,dan aliran darah akan turun sementara waktu ,sekitar 30-120 menit kemudian akan kembali pada tekanan darah sebelum senam .Jika melakukan olahraga secara rutin dan terus menerus ,maka penurunan tekanan darah akan berlangsung lebih lama dan pembuluh darah akan lebih elastis.Mekanisme penurunan tekanan darah setelah berolahraga adalah karena olahragab dapat merilekskan pembuluh darah .Sehingga dengan melebarnya pembuluh darah akan turun.

Melakukan cek tekanan darah secara rutin adalah hal yang harus dilakukan setiap orang dengan begitu ,masyarakat akan mendapatkan manfaat dapat mengetahui kondisi kesehatan jantung dan pembuluh darah ,dari hasil cek tekanan darah .Memiliki tekanan darah normal menandakan bahwa jantung mampu memberikan suplai darah yang berisi oksigen dan makanan ,ke semua organ tubuh dengan baik .Dengan rutin mengukur tekanan darah ,maka akan mendapatkan manfaat –manfaat berikut : 1) Membantu mendeteksi adanya kemungkinan atau risiko hipertensi ,2) Membedakan antara hipertensi dan sindrom jas putih atau keadaan seseorang sedang mengalami stress atau tertekan , 3) Mengetahui tindakan atau pencegahan yang tepat jika terjadi peningkatan tekanan darah pendampingan pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi kepada masyarakat yang memiliki riwayat penyakit hipertensi sebagai upaya meningkatkan kesehatan dan meminimalkan angka kekambuhan penyakit hipertensi .

Gambar 1. Peserta saat mengikuti Pelatihan

Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah

Gambar 3. Senam Diabetes

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

No	Nama	Hasil
1	Niha /50 Tahun	215/116 mmHg
2	Dana/53 Tahun	201/117 mmHg
3	Jenma/54 Tahun	157/84 mmHg
4	Norce/55 Tahun	221/141 mmHg
5	Mamudia/55 Tahun	160/81 mmHg
6	Daena /56 Tahun	139/86 mmHg
7	Inny /57 Tahun	182/97 mmHg
8	Jhana/58 Tahun	206/132 mmHg
9	Merni /60 Tahun	192/83 mmHg
10	Nita /60 Tahun	206/122 mmHg
11	Nake/61 Tahun	165/110 mmHg
12	Nabi/62 Tahun	187/88 mmHg
13	Sita /63 Tahun	193/124 mmHg
14	Lamiso/65 Tahun	165/110 mmHg
15	Yatima /65 Tahun	206/122 mmHg
16	Melina/67 Tahun	1193/124 mmHg
17	Mene /67 Tahun	144/75 mmHg
18	Meltin/70 Tahun	118/68 mmHg

KESIMPULAN

Peningkatan pelayanan kesehatan pada Lansia melalui pemeriksaan kesehatan tekanan darah ,Cek GDS dan Senam Hipertensi di Desa Taipanggabe,Wayu,Matantimalo .Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Lansia mengalami Hipertensi dan beresiko fatal pada jantung dan terjadi komplikasi jika lansia tidak dapat mengatur pola hidup/konsumsi makanan dan minuman ,ataupun cara mengolah pikiran/stress yang dapat memicu terjadinya penyakit Hipertensi.Pemberian Edukasi pada lansia cukup penting karena dapat memberikan pegetahuan dan wawasan kepada lansia agar dapat hidup sehat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPM) STIKes Bala Keselamatan yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik .Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada pengurus gereja Korp Matantimali yang telah memberikan kesempatan waktu,dan menyediakan tempat sehingga kami dapat melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.Selain itu kami ucapkan terimakasih kepada para lansia yang sudah meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan ini dengan antusias sampai selesai kegiatan penyuluhan .

DAFTAR PUSTAKA

1 Adrogué, H. J. & Madias, N. E. J. N. E. j. o. m. Sodium and potassium in the pathogenesis of hypertension. **356**, 1966-1978 (2007).
2. Pickering, T.G., Ogedegbe, G., 2008. Epidemiology of Hypertension. In: Fuster, V., et al., eds. Hurst's the Heart. Volume 2. 12th ed. USA: McGraw-Hill, 1551-1565.
3. Anih K,(2020).Self-Management Hipertensi ,Editor Tika Lestari,CV JaKAD Media Publising
4. Ashburn, A., Hyndman, D., Pickering, R., Yardley, L., & Harris, S. (2008). Predicting people with stroke at risk of falls. Age and Ageing, 37(3), 270– 276. JNH(*Journal of Nutrition and Health*) Vol.5 No.1
5. Brown JE. Nutrition through the Life Cycle. 4th ed. USA: Cengage Learning; 2011.
6. Fakhriyah, F., Damayanti, D., Anjani, A., Sari, E. F. P., Nyssa, T. N., & Zaliha, Z. (2022). Pembentukan Dan Pelatihan Kader Siaga Hipertensi Sebagai Upaya Pencegahan Kejadian Hipertensi Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian*
7. Istifada, R., & Rekawati, E. (2019). Peran Kader Kesehatan dalam Promosi Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Wilayah Perkotaan : Literatur Review. *Dunia Keperawatan*, *7*(1), 28–46. https://doi.org/10.20527/dk.v7i1.5615
8. Kementerian Kesehatan RI. (2021). Info Data dan Informasi : Hipertensi. < https : // pusdatin. kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf > [17 Mei 2021]
9. Khayatun Nufus, D., & Sayekti Fatma, R. (2022). Penerapan Senam Anti Hipertensi Terhadap Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan pada Ny.S dengan Hipertensi Di Desa Sungai Batang Ilir Kecamatan Martapura Barat. *Pena Nursing*, *1*(1), 35–44.
10. Setiawan, G. W. (2013). Pengaruh Senam Bugar Lanjut Usia (Lansia) Terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal E-Biomedik*, *1*(2), 760–764. https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3632
11. Syahrir, S., Addya Karini, T., Sri Rezki, S. W., Khafifa Lestari, N., Mardiah, A., Nuriyah, I., … Islam Negeri Alauddin Makassar, U. (2023). Senam Anti Hipertensi Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah. *Journal of Public Health Service*, *2*(1), 36–43