

Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Konseling Mencegah Kegawatdaruratan Hipertensi Pada Lansia

Rosdawati Rosdawati, Reni Pordaningsih

Rosdawati.dkt@gmail.com

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi, Indonesia

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi atau Tekanan Darah tinggi adalah terjadinya peningkatan secara abnormal pada tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang berkepanjangan dengan nilai tekanan sistol diatas 140 mmHg dan tekanan diastolnya diatas 90 mmHg, darah yang membawa suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat sebelum sampai ke jaringan tubuh.

Tujuan: Pelaksanaan dilakukan dalam 4 minggu Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan dapat melakukan Tindakan pencegahan risiko kegawatdaruratan penyakit hipertensi pada warga Rt. 15 dan Rt. 16.

Metode : Digunakan yaitu pemeriksaan tekanan darah dan memberikan konselin individu yang berisi pencegahan kegawatdaruratan hipertensi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan yaitu 50 orang. **Hasil :** Pengabdian masyarakat berjalan lancar dan rata-rata pemeriksaan tekanan darah systole berada direntang hipertensi derajat I yaitu 140-150 mmHg dan diastole 90-99 mmHg sehingga konseling individu semakin menjadi efektif karena peserta sudah masuk dalam hipertensi derajat I, maka dilakukan konseling individu dan capaian tingkat keberhasilan konseling mencapai 53,8 %

Kesimpulan : Sasaran artinya rata-rata setelah dikonseling merasa ada perubahan pada diri saya, dan berharap akan semakin lebih baik lagi setelah pelaksanaan konseling individu, merasa senang setelah pelaksanaan konseling individu karena masalah yang saya hadapi mulai berkurang terutama dalam menghadapi penyakit hipertensinya, merasa cukup termotivasi setelah pelaksanaan konseling individu dalam menghadapi masalah untuk kedepannya, dan merasa pelaksanaan konseling individu yang dilakukan sudah cukup menyelesaikan masalah yang dihadapi, disarankan untuk dilakukan

Kata kunci: konseling , tekanan darah, Lansia

Abstract

Background: Hypertension or high blood pressure is an abnormal increase in blood pressure in the arteries that is prolonged with a systolic pressure value above 140 mmHg and a diastolic pressure above 90 mmHg, blood that carries oxygen and nutrients supply becomes obstructed before it reaches the body's tissues .

Purpose: Implementation is carried out within 4 weeks This community service activity is to increase knowledge and be able to take action to prevent the risk of emergency hypertension in residents of Rt. 15 and Rt. 16.

Method: Used, namely checking blood pressure and providing individual counseling that contains prevention of hypertension emergencies. The number of participants who took part in the activity was 50 people. **Results:** Community service runs smoothly and the average systolic blood pressure check is in the range of hypertension degree I, namely 140-150 mmHg and diastolic 90-99 mmHg so that individual counseling becomes more effective because participants are already in hypertension degree I, then individual counseling and Counseling success rate reached 53.8%

Conclusion: The target means that on average after being counseled I feel that there is a change in myself, and hope that it will get even better after the implementation of individual counseling, feel happy after the implementation of individual counseling because the problems I face are starting to decrease,

especially in dealing with hypertension, feeling quite motivated after the implementation of individual counseling in dealing with problems in the future, and feeling that the implementation of individual counseling is enough to solve the problems faced, it is recommended to conduct further research using a larger number of samples, different subject characteristics, frequency of administration and a longer period of time

Keywords: *counseling, blood pressure, Elderly*

Pendahuluan

Hipertensi merupakan pendorong kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya (Musa, 2021). Hipertensi diyakini sebagai salah satu penyakit kardiovaskular paling umum dan terbanyak diidap oleh masyarakat. Hipertensi saat ini menjadi masalah utama kesehatan di Indonesia dan global. Penanggulangan hipertensi menjadi sangat urgen karena hipertensi merupakan salah satu faktor utama resiko penyakit mematikan seperti jantung, diabetes, stroke dan ginjal (Kartika et al, 2021).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah terjadinya peningkatan secara abnormal pada tekanan darah dalam pembuluh darah arteri yang berkepanjangan dengan nilai tekanan sistol diatas 140 mmHg dan tekanan diastolnya diatas 90 mmHg, darah yang membawa suplai oksigen dan nutrisi menjadi terhambat sebelum sampai ke jaringan tubuh (Priyanto, Mayangsari, & Nurhayati, 2019). Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Provinsi Jambi (2022), jumlah penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan dari penyakit yang tidak menular penduduk di Provinsi Jambi berkisar 56, 30 % sementara untuk Kota Jambi yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 1114,170 (36,79%) diantaranya usia di atas 60 tahun.

Upaya untuk mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi adalah dengan melaksanakan pemeriksaan tekanan darah dengan rutin(American Heart Association/ AHA (2014). Faktor yang berpengaruh terhadap pemantauan tekanan darah serta pencegahan komplikasi dari hipertensi yaitu tingkat pengetahuan dan pengaturan pola makan yang salah (Alexander, dkk, 2007).

Hipertensi pada lansia menempati urutan pertama sebagai penyakit tidak menular. Terdapat beberapa faktor yang diduga menyebabkan hipertensi pada lansia diantaranya genetik, obesitas, usia, jenis kelamin, stres, dan merokok. Oleh karena itu pengabdian masyarakat ingin pencegah kegawatdaruratan hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi terutama lansia di Rt. 15 dan Rt.16 kelurahan Sungai Putri

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2023 yang dilaksanakan di Rt.15 dan Rt.16 Kelurahan Sungai Putri Jambi. Kegiatan dilaksanakan pada salah satu rumah warga setempat. dengan mengundang para lansia untuk berpartisipasi dalam kegiatan ini, konseling individu menggunakan sarana leaflet sebagai upaya untuk menambah pengetahuan kemudian

dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan tensi meter pada lansia, Adapun pemeriksaan yang dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah, dan koseling. Dimana pemeriksaan sederhana ini dapat dilakukan dengan mudah dan cepat.

Konseling Individu menurut eklektik adalah membantu pasien mengembangkan integritasnya pada level tertinggi, yang ditandai oleh adanya aktualisasi diri dan integritas yang memuaskan. Untuk mencapai tujuan yang ideal ini maka pasien perlu dibantu untuk menyadari sepenuhnya situasi masalahnya, mengajarkan pasien secara sadar dan intensif mamiliki latihan pengendalian di atas masalah tingkah laku. Dan dimana konseling individu yang salah satunya adalah untuk pengentasan masalah klien dalam pelaksanaan konseling individu.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dimulai tanggal 19 Agustus 2021 yang diikuti oleh 50 orang peserta. Rata-rata usia peserta rentang 60 -75 tahun dan Sebelum pelaksanaan konseling individu.

Terlebih dahulu dilakukan pengukuran tekanan darah Rata-rata pengukuran tekanan darah yaitu berada dalam rentang sistolik 140 - 150 mmHg dan , diastolik 90-99 mmHg sehingga konseling individu semakin menjadi efektif karena peserta sudah masuk dalam kategori hipertensi. Hal ini berkaitan dengan kebiasaan peserta yang suka memberikan banyak bumbu terutama garam saat memasak, sehingga faktor yang bisa menjadi pencetus terjadinya hipertensi.

Peserta diminta atau dianjurkan rutin melakukan pengukuran tekanan darah di Fasilitas

Kesehatan terdekat seperti Puskesmas atau Posyandu. Adapun rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu kegiatan pengukuran tekanan darah secara rutin saat pertemuan lapanan dan pertemuan rutin tiap bulan.

Untuk melihat tingkat pencapaian tujuan konseling tersebut disebarkanlah angket tentang tanggapan lansia terhadap pencapaian konseling individu. Adapun hasil angket yang diisi oleh 50 orang lansia tersebut dengan menggunakan Teknik analisis kualitatif merupakan teknik untuk memperoleh gambaran umum tentang keberhasilan konseling individu. Dan teknik persentase yang dikembangkan oleh Anas Sudjono (2001:40). Dengan rumus sebagai berikut:

$$P = f / n \times 100$$

Keterangan :

P = presentase

F = frekuensi jawaban N = jumlah responden (lansia) adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Persentase (%) Tingkat Keberhasilan Konseling Individu

No	Sasaran (Orang)	Pilihan Jawaban Klien			Tingkat Keberhasilan Konseling
		Setuju	Kurang Setuju	Tidak setuju	
1.	50	53,4 %	38,4 %	7,6 %	53,8%

Sumber : Data Olahan Tahun 2023

Dari data di atas terdapat Gambaran hasil konseling individu dari 50 lansia tingkat keberhasilan 53,8 % yang artinya mereka rata-rata

- :
- Merasa ada perubahan pada diri saya, dan berharap akan semakin lebih baik lagi setelah pelaksanaan konseling individu.
 - Merasa senang setelah pelaksanaan konseling individu karena masalah yang saya hadapi mulai berkurang terutama dalam menghadapi penyakit hipertensinya.
 - Merasa cukup termotivasi setelah pelaksanaan konseling individu dalam menghadapi masalah untuk kedepannya.
 - Merasa pelaksanaan konseling individu yang dilakukan sudah cukup menyelesaikan masalah yang dihadapi

Kesimpulan dan Saran

Sasaran artinya rata-rata setelah dikonseling merasa ada perubahan pada diri saya, dan berharap akan semakin lebih baik lagi setelah pelaksanaan konseling individu, merasa senang setelah pelaksanaan konseling individu karena masalah yang saya hadapi mulai berkurang terutama dalam menghadapi penyakit hipertensinya, merasa cukup termotivasi setelah pelaksanaan konseling individu dalam menghadapi masalah untuk kedepannya, dan merasa pelaksanaan konseling individu yang dilakukan sudah cukup menyelesaikan masalah yang dihadapi, dan Konseling eklektik dapat digunakan sebagai salah satu terapi nonfarmakologik dalam penanganan kegawatdaruratan pasien hipertensi.

Daftar Pustaka

Alexander et al, 2014 Patient Knowledge and Awareness of Hypertension Is Suboptimal: Results From a Large Health Maintenance Organization. *The Journal of Clinical Hypertension*. 5. 254-260.

Astawan, Made. 2012. Cegah Hipertensi dengan Pola Makan. [Diakses tanggal 11September 2019]. Tersedia dari: URL :www.depkes.go.id.

Dinas Kesehatan Jambi 2020. Profil Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2020. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, Jambi

Jeini Ester Nelwan. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi di Kota Manado. *journal phwb.Dis.* [serial online] vol. 1 no. 2, July2019 (pages 1-7)

Kepmenkes RI. 2014. Hipertensi. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, Jakarta Selatan.

Machadoatt all, (2017). Culture circle in hypertensive elderly health promotion: experience report, *Cienc Cuid Saude*.

National Heart lung and Blood Institute. 2012. Hypertension. Diakses pada 8 Agustus 2019.

Notoadmodjo, Sukidjo. 2010. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Renika Cipta, Jakarta.

Purwanto, B. 2012. Hipertensi (Patogenesis, Kerusakan Target Organ dan Penatalaksanaan). Edisi Pertama. Cetakan Pertama. UPT Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS press), Jawa Tengah.

Silviliyana, Mega dkk. 2018. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2018. Badan Pusat Statistik, Jakarta.

