

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT UPAYA PENINGKATAN
PENGETAHUAN MASYARAKAT DALAM MENCEGAH TERJADINYA
KOMPLIKASI HIPERTENSI**

TUNIK, ELOK YULIDANINGSIH, YUYUN PUTRI MANDASARI

Program Studi D3 Keperawatan Trenggalek Poltekkes Kemenkes Malang

E-mail : tunik2502@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak diderita oleh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Karang. Pada masa pandemi kader memiliki peran sangat penting disaat masyarakat takut melakukan kunjungan ke layanan kesehatan, sehingga kader diharapkan aktif untuk berperan dalam mengatasi masalah yang dialami oleh penderita, termasuk dalam mencegah munculnya komplikasi hipertensi. kegiatan pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan juga ketrampilan kader dalam upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi. Metode pengabdian masyarakat ini adalah pre dan post test, penyuluhan, pelatihan (pelatihan cara mengukur tekanan darah, pelatihan cara melakukan penyuluhan) kepada para kader, serta pembagian tensimeter kepada kader. Jumlah kader yang menjadi sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini 25 kader dari beberapa desa di wilayah kerja Puskesmas Karang. Hasil dari pengabdian masyarakat berdasarkan observasi dan evaluasi adalah peningkatan pengetahuan kader tentang hipertensi dan komplikasinya, kader memiliki ketrampilan dalam melakukan pengukuran tekanan darah, kader mengetahui cara memberikan informasi pada masyarakat yang berhubungan dengan hipertensi, kader mengetahui cara mencegah komplikasi dengan latihan/aktivitas senam. Pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan dan penyuluhan yang dilakukan di wilayah Puskesmas Karang secara umum memberikan manfaat pada kader dan masyarakat. Kader memiliki motivasi untuk memberikan informasi pada penderita untuk melakukan pencegahan hipertensi, serta bersedia untuk melakukan pengukuran tekanan darah bagi penderita yang tidak dapat melakukan kunjungan ke puskesmas.

Kata kunci : *Pengabdian kepada masyarakat, Pemberdayaan kader, Pencegahan Komplikasi Hipertensi*

ABSTRACT

Hypertension is one of the chronic diseases that many people suffer from in the working area of Karang Health Center. During the pandemic, cadres have a vital role when people are afraid to visit health services, so cadres are expected to be active in overcoming problems experienced by sufferers, including preventing the emergence of complications of Hypertension. This community service activity aimed to increase cadres' knowledge, understanding, and skills to prevent Hypertension complications. This community service method was pre and post-test, counseling, training (training on how to measure blood pressure, training on how to do counseling) to cadres, and distributing tensimeters to cadres. The number of cadres who were targeted in this community service activity was 25 cadres from several villages under the authorization of Puskesmas Karang. The results of community service based on observation and evaluation were increased knowledge of cadres about Hypertension and its complications, the cadres had skills in measuring blood pressure, understood how to provide information to the community related to Hypertension, understood how to prevent complications with exercise/gymnastic activities. Community service in the form of training and counseling in the Puskesmas Karang generally brought benefits. Cadres had the

motivation to provide information to patients to prevent Hypertension and took blood pressure for patients who could not make visits to the Puskesmas.

Keywords: Community Partnership Program, Empowerment of Cadres, Prevention of Complications of Hypertension

PENDAHULUAN

Perencanaan Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat berdasarkan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 mengarah kepada Proyek Prioritas Strategis (major project) bidang Kesehatan yaitu penurunan kematian ibu dan stunting, dan Kegiatan prioritas yang terdiri dari 5 yaitu Peningkatan kesehatan ibu, anak, KB, dan kesehatan reproduksi, Percepatan perbaikan gizi masyarakat, Peningkatan pengendalian penyakit, Pembudayaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), Penguatan sistem kesehatan & pengawasan obat dan makanan (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Tahun 2022).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang banyak terjadi di masyarakat, bahkan karena penyakit ini sering dialami oleh masyarakat, maka masyarakat sering lalai bahwa penyakit ini dapat menimbulkan masalah yang serius dan mengancam jiwa. Hal ini dapat terjadi karena salah satunya penyakit ini sering tidak menimbulkan gejala bagi penderita, selain itu pemahaman masyarakat tentang penyakit ini masih kurang, baik dari segi tatalaksana, diet, dan pencegahan komplikasinya. Angka kejadian hipertensi yang tinggi dan angka kejadian stroke yang tinggi yang merupakan komplikasi dari hipertensi menjadi bukti bahwa pemahaman masyarakat tentang pencegahan dan penanganan hipertensi masih perlu ditingkatkan. Hipertensi sekarang jadi masalah utama kita semua, tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke (Kemenkes RI, 2019)

Kerjasama lintas program dan lintas sektoral perlu dilakukan dalam penanggulangan penyakit tidak menular termasuk Hipertensi. Salah satu yang dapat dioptimalkan pada masa pandemi dan masa new normal adalah memberdayakan peran kader-kader baik kader Posyandu, kader Lansia, kader Posbindu dan yang lainnya. Kader yang memiliki pengetahuan, pemahaman yang cukup tentang Hipertensi bisa memberikan informasi kepada masyarakat tentang penyakit ini, tentang tatalaksana, tentang pencegahan komplikasinya. Kader yang terlatih dalam melakukan pengukuran tekanan darah dan terlatih dalam memberikan edukasi/informasi kepada masyarakat juga dibutuhkan, oleh karena itu kader juga harus dibekali tentang cara memberikan edukasi dan cara melakukan pengukuran tekanan darah, sehingga penderita Hipertensi tidak harus datang ke tempat layanan kesehatan untuk melakukan pengukuran tekanan darah. Hal ini akan sangat membantu dalam upaya mengatasi komplikasi penyakit Hipertensi yang ada di masyarakat.

Program-program kegiatan di Puskesmas dalam pencegahan dan penanganan penyakit kronis dimana salah satunya adalah penyakit hipertensi sudah dilaksanakan dengan baik, hanya saja kemungkinan program tersebut belum menjangkau sepenuhnya di seluruh masyarakat. Diperlukan kerjasama antara tenaga kesehatan dengan kader dan masyarakat dalam upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan komplikasi dari penyakit ini.

Berdasarkan uraian tersebut, maka yang akan dilaksanakan dalam Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam mencegah terjadinya komplikasi hipertensi di Desa Salamrejo wilayah kerja Puskesmas Karang.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan beberapa metode dalam pelaksanaannya. Pemberdayaan kader dalam pencapaian tujuan kegiatan ini melibatkan 25 kader posyandu yang berada di wilayah binaan yaitu di desa Salamrejo, wilayah kerja Puskesmas Karanagn. Kader diberikan pretest-posttest yang berhubungan dengan penyakit hipertensi, kader dilakukan pengukuran tekanan darah, kader diberi penyuluhan tentang hipertensi, penyuluhan dilakukan 3 kali untuk memastikan kader memahami tentang konsep penyakit. Selain itu, metode yang digunakan adalah dengan pelatihan kader, pelatihan terdiri dari 2 hal yaitu pelatihan melakukan pengukuran tekanan darah dan pelatihan memberikan penyuluhan/memberikan edukasi tentang hipertensi kepada masyarakat. Tim pengabdian kepada masyarakat beserta mahasiswa juga memberikan dan mengajak kader untuk melakukan senam pencegahan stroke, dengan harapan kader dapat mengajak masyarakat khususnya penderita hipertensi untuk melakukan latihan/senam sederhana untuk mencegah terjadinya komplikasi hipertensi. Senam pencegahan stroke dilakukan disetiap sesi pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

- a. Sosialisasi
 - 1) Melakukan kegiatan sosialisasi dengan kepala Puskesmas dan pemegang Program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Karangn, Bidan Desa Salamrejo
 - 2) Melakukan kegiatan sosialisasi dengan Bidan desa dan kader yang ada di desa Salamrejo.
- b. Pretest
 - 1) Pretest dilakukan pada kader sebelum dilakukan penyuluhan tentang hipertensi. Pretest berisi 15 pertanyaan yang berhubungan dengan penyakit hipertensi dan komplikasinya
 - 2) Hasil pretest Kader tentang Hipertensi

Tabel 1. Tabel hasil pretest pengetahuan kader tentang Hipertensi

Tingkat Pengetahuan Kader	Pretest	
	F	%
Baik	12	48
Cukup	8	32
Kurang	5	20
Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel di atas pengetahuan kader tentang Penyakit Hipertensi masih kurang

- c. Penyuluhan kesehatan
 - 1) Penyuluhan dilakukan oleh tim pengabmas terhadap kader, penyuluhan dilakukan 3 kali dengan tema konsep umum tentang hipertensi, penataksanaan hipertensi, komplikasi dan pencegahan komplikasi
 - 2) Media yang digunakan dalam penyuluhan adalah flipchart dan leaflet
 - 3) Kader aktif mengikuti kegiatan dan mampu menjawab ketika diberikan feedback
- d. Post test
 - 1) Posttest dilakukan terhadap kader setelah dilakukan penyuluhan tentang hipertensi. Posttest berisi 15 pertanyaan tentang hipertensi dan komplikasinya
 - 2) Hasil Posttest Kader tentang Hipertensi

Tabel 2. Tabel hasil posttest pengetahuan kader tentang Hipertensi

Tingkat Pengetahuan Kader	Posttest	
	F	%
Baik	19	76
Cukup	6	24
Kurang	0	0
Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel, setelah dilakukan penyuluhan kader memiliki pengetahuan yang hampir seluruhnya baik

- e. Pengukuran tekanan darah
- 1) Tim pengabdian kepada masyarakat melakukan pengukuran tekanan darah terhadap seluruh kader
 - 2) Hasil pengukuran tekanan darah pada kader

Tabel 3. Tabel pengukuran Tekanan Darah pada Kader

Rentang Tekanan Darah Sistolik	Hasil	
	F	%
<110	3	12
110-139	22	88
140-159	0	0
160-179	0	0
Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan hasil bahwa tekanan darah semua dalam batas normal (tekanan darah systole <140)

- f. Pelatihan
- 1) Pelatihan dilakukan sebanyak 2 kali yaitu pelatihan cara melakukan pengukuran tekanan darah dan pelatihan cara memberikan informasi/edukasi tentang penyakit hipertensi
 - 2) Pelatihan diberikan pada 25 kader di Desa Salamrejo Wilayah Kerja Puskesmas Karang
 - 3) Pelatihan dilakukan oleh tim pengabmas dan juga mahasiswa. Dalam pelatihan ini tim memberikan media berupa alat pengukur tekanan darah, dan media edukasi berupa modul, leaflet, poster pada kader yang diharapkan nantinya bisa digunakan kader sebagai media dalam melakukan penyuluhan pada masyarakat.
 - 4) Praktik melakukan pengukuran tekanan darah, kader diberikan kesempatan untuk melakukan pengukuran tekanan darah dan melakukan penyuluhan secara langsung
 - 5) Hasil evaluasi dari pelatihan

Tabel 4. Tabel Kemampuan Psikomotor Kader

Psikomotor Kader	Hasil	
	F	%
Baik	9	36
Cukup	14	56
Kurang	2	8
Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel di atas kader cukup mampu melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan alat manual, tetapi masih membutuhkan latihan lebih lanjut

g. Senam pencegahan stroke

- 1) Tim pengabdian kepada masyarakat mengajak dan mengajarkan senam pencegahan stroke kepada semua kader
- 2) Kader antusias melakukan kegiatan senam

Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Karangmenjayan menunjukkan hasil bahwa terjadi perubahan pengetahuan kader tentang penyakit hipertensi yang ditunjukkan oleh hasil evaluasi pre dan post test. Selain itu terjadi peningkatan ketrampilan kader dalam melakukan pengukuran tekanan darah, meskipun hal ini tidak terjadi pada seluruh kader. Pemberian alat/media penyuluhan kepada kader berupa modul, leaflet, dan poster meningkatkan motivasi kader untuk memberikan informasi dan edukasi pada penderita hipertensi dalam mencapai derajat kesehatannya.

Lusiana, N. 2020, kader Posbindu merupakan perpanjangan tangan dari petugas kesehatan di pusat pelayanan kesehatan pratama. Kader dibentuk untuk menjembatani program kesehatan dari puskesmas kepada warga. Keterampilan yang baik dalam melakukan pemeriksaan kesehatan pada masyarakat dapat sebagai upaya penapisan terhadap penyakit degeneratif yang terjadi pada lansia. Kader mempunyai peran yang sangat penting dalam pencapaian tujuan kesehatan masyarakat. Kader merupakan orang-orang yang sangat dekat dengan masyarakat, hidup ditengah masyarakat dan mengetahui pola dan kebiasaan masyarakat. Oleh sebab itu, dengan pemberdayaan kader dalam setiap pencapaian tujuan masalah kesehatan adalah hal yang benar. Dengan demikian diperlukan upaya-upaya agar kader dapat berperan dengan baik yaitu salah satunya dibekali pelatihan - pelatihan yang berhubungan dengan kesehatan sehingga kader dapat memberikan informasi yang benar pada masyarakat.

Susanto, f, dkk. 2017, Kader posyandu dibekali buku panduan untuk memberi layanan kesehatan kepada masyarakat. Pelatihan dapat memberikan manfaat untuk kader posyandu. Kader mempunyai kemampuan untuk memberikan pendidikan dan penyadaran kepada masyarakat dalam layanan kesehatan mandiri berupa pertolongan pertama dan pengobatan sendiri jika terjadi diare, penyuluhan gizi, penyuluhan penyakit wabah, mengajak partisipasi aktif orang tua melalui kunjungan ke rumah, kelas ibu hamil dan balita. kader posyandu mampu memberikan penyuluhan tentang kebersihan lingkungan untuk mencegah demam berdarah, campak, dan penyakit kaki gajah. Kader dapat memberikan pengertian tentang kejadian ikutan pasca imunisasi (KIPI) kepada orang tua balita

Zohri, A, 2017, Kader posyandu lansia berperan dalam menggerakkan masyarakat mengajak usia lanjut untuk hadir dan berpartisipasi dalam kegiatan lanjut usia, memberikan penyuluhan, menyebarluaskan informasi kesehatan seperti cara hidup bersih dan sehat, gizi usia lanjut dan melaksanakan kegiatan-kegiatan kelompok usia lanjut di Posyandu.

Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa kader memiliki peran yang sangat penting dalam upaya pencapaian kesehatan masyarakat, termasuk dalam upaya pencegahan komplikasi hipertensi.

Atikah dalam zohri, bahwa peran dan fungsi kader adalah sebagai pelaku pergerakan masyarakat yang meliputi perilaku hidup sehat dan peningkatan kesehatan Begitu juga dengan kader posyandu lansia mempunyai peran serta yang besar terhadap pemeliharaan hipertensi pada lansia yang bersifat promotif dan preventif.

Margiyati dalam setyoadi (2013) Peran dan tugas kader dalam menggerakkan masyarakat, membantu petugas kesehatan, mengelola pertemuan bulanan kader dan mengelola pelaporan bulanan posyandu yang sudah berjalan dengan baik mempengaruhi lansia terhadap kunjungan ke posyandu karena pelayanannya yang ramah dan menyenangkan serta memberikan informasi dan memberikan penyuluhan kesehatan yang jelas dan mudah dimengerti, sehingga lansia sadar datang ke posyandu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan sesuai dengan tujuan bidang kesehatan dalam mengoptimalkan peran kader, yaitu ikut meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penyuluhan dan pelatihan-pelatihan yang dapat dijadikan bekal kader dalam melakukan perannya.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan beberapa hal antara lain peningkatan pengetahuan dari kader dan masyarakat yang didapatkan dari hasil pre test dan post test setelah dilakukan tindakan penyuluhan, terjadinya peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang komplikasi hipertensi. Hasil lain yang didapatkan adalah peningkatan ketrampilan dari kader dalam melakukan tindakan pengukuran tekanan darah dan melakukan penyuluhan. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader dapat menjadi modal dalam mendukung upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi yang kejadiannya terus meningkat di masyarakat

REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat perlu untuk dilanjutkan pelaksanaannya, baik oleh puskesmas terdekat maupun oleh Dinas Kesehatan. Dengan memberikan pelatihan kepada para kader tentang cara melakukan pengukuran tekanan darah, diharapkan penderita Hipertensi semakin terfasilitasi dalam melakukan pengontrolan tekanan darah, sehingga tidak perlu takut untuk pergi ke layanan kesehatan atau tenaga kesehatan. Kegiatan senam pencegahan stroke juga sangat penting untuk dilakukan terutama untuk penderita hipertensi, resiko hipertensi maupun lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alipiani, S., Hariyono, & Indrawati, U. (2020). Perawatan Klien Hipertensi Dengan Masalah Resiko Ketidakefektifan Perfusi Jaringan Otak Berbasis Teori Kenyamanan Kolcaba
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir. 2018. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penatalaksanaan Hipertensi oleh penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018. Jurnal Ners Dan Kebidanan , 226
- Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020-2025. 2022. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Tahun 2022
- Kemkes RI. 2019. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Dipublikasikan Pada : Jumat, 17 Mei 2019. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Lusiya, N. 2020. Optimalisasi Peran Kader Posbindu Dalam Deteksi Hipertensi Di Posbindu Kedungpoh Tengah Wonosari Yogyakarta. Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan. Vol. 8 No. 2 Mei 2020. E ISSN.2614-6061. P.ISSN.2527-4295

- Setyoadi, dkk. 2013. Hubungan Peran Kader Kesehatan Dengan Tingkat Kualitas Hidup Lanjut Usia. Jurnal Ilmu Kesehatan vol : 1 No. 2 Nopember 2013.
- Susanto, F. 2017. Peran Kader Posyandu Dalam Pemberdayaan Masyarakat Bintan. Berita kedokteran masyarakat (BKM Journal Of Community Medicine And Public Health). Volume 33 nomer 1
- Zohri, A. 2017. Hubungan Persepsi Lansia Dengan Hipertensi Mengenai Peran Kader Di Posyandu Lansia Dusun Guulan Wilayah Binaan Puskesmas Pandak II Bantul Yogyakarta