

## Penyuluhan Penyakit Hipertensi pada Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo

### *Counseling of Hypertension Disease at the Mawar Merah Elderly Integrated Service Pos (Posyandu) in Pabelan Village, Kartasura, Sukoharjo*

Setyo Nurwaini\*, Annisa Alya Azzahra, Hamimatusalma Alkautsar,  
Erfinna Nur Azizah, Shinta Pinasthika, Devita Niken Palupi

Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

\*Email: sn164@ums.ac.id

(Diterima 12-08-2024; Disetujui 17-09-2024)

#### ABSTRAK

Tingginya angka prevalensi hipertensi dapat menjadi ancaman bagi kesejahteraan masyarakat, khususnya lansia. Upaya edukasi dan sosialisasi yang ditargetkan pada masyarakat lansia dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang hipertensi, mempromosikan tindakan preventif, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan anggota posyandu lansia terhadap hipertensi dan bagaimana hidup sehat di Posyandu Lansia Mawar Merah untuk mengurangi risiko hipertensi di kalangan lansia. Kegiatan dilakukan melalui pemberian materi yang disesuaikan untuk pemahaman lansia, penyebaran pamflet, pemeriksaan tekanan darah, serta pemberian pretes dan postes tentang hipertensi pada kelompok lansia Mawar Merah. Data pretes dan postes dianalisis menggunakan uji t-Test: Paired Two Sample untuk mengetahui perbandingan antara sebelum dilakukan pemberian materi dan setelah kegiatan penyuluhan. Rerata nilai pretes adalah 33 dan rerata nilai postes adalah 88 (skala 100). Hasil uji normalitas menunjukkan data terdistribusi normal dan hasil t-test antara pretes dan postes menunjukkan  $p=0,00$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan masyarakat Posyandu Lansia Mawar Merah sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan mengenai penyakit hipertensi.

Kata kunci: penyuluhan, hipertensi, lansia

#### ABSTRACT

*The high prevalence of hypertension can be a threat to the welfare of the community, especially the elderly. Targeted educational and socialization efforts for the elderly community can help improve understanding of hypertension, promote preventive measures, and improve overall quality of life. The aim of this activity is to enhance the understanding of elderly integrated service pos (Posyandu) members about hypertension and healthy lifestyle practices at Mawar Merah elderly Posyandu, thereby lowering their risk of hypertension. Activities are carried out by providing materials tailored to the understanding of the elderly, distributing pamphlets, checking blood pressure, and providing pretests and posttests about hypertension in the Mawar Merah elderly group. Pretest and posttest data were analyzed using the t-test: Paired Two Sample to determine the comparison between before the provision of materials and after the counseling activity. The average pretest score was 33, and the average posttest score was 88 (scale 100). The results of the normality test showed that the data was normally distributed and the t-test results between the pretest and posttest showed  $p = 0.00$  ( $p < 0.05$ ). This means that there is a significant difference between the level of knowledge of the Mawar Merah Elderly Posyandu community before and after counseling on hypertension.*

Keywords: *counseling, hypertension, elderly*

#### PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sangat serius, karena jika tidak segera dicegah maka akan mengakibatkan komplikasi yang bahaya bagi kesehatan terutama lansia. Akibatnya pun bisa fatal karena komplikasi yang dialaminya, contohnya stroke (perdarahan otak), jantung koroner, dan gagal ginjal (Akbar et al., 2020). Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 7 di dunia dari satu juta penduduk setiap tahunnya. Prevalensi hipertensi

berdasarkan World Health Organization (WHO) secara global sebesar 22 % dari seluruh penduduk dunia. Dari data penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melaksanakan upaya pencegahan untuk mengendalikan tekanan darah yang dialami. Diperkirakan penderita hipertensi di dunia mencapai 1 milyar. Semakin hari angka kejadian tersebut semakin meningkat yaitu sebanyak 972 juta (26%) orang dewasa di dunia terdiagnosis hipertensi (WHO, 2019).

Hipertensi pada lansia sebagian besar hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan terjadinya stroke dan infark myocard bahkan walaupun tekanan diastoliknya dalam batas normal (isolated systolic hypertension) (Akbar et al., 2022). Hipertensi atau darah tinggi sering disebut *silent killer*, karena diam-diam dapat mematikan, tanpa disertai oleh gejala terlebih dahulu sebagai peringatan bagi penderitanya. ketika muncul, gejala tersebut sering dianggap gangguan biasa, sehingga penderita terlambat menyadari datangnya penyakit (Imelda et al., 2020).

Prevalensi hipertensi di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2020 sebanyak 110.116 kasus (69,18%), terdiri dari 49.510 laki-laki, 60.606 perempuan, kasus terbanyak ditempati oleh puskesmas kartasura 17.825 kasus (16,19%) dan paling sedikit di puskesmas Sukoharjo 597 kasus (0,54%) (Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, 2020). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur. Hipertensi merupakan penyakit terkait dengan perilaku dan pola hidup. Pengendalian hipertensi dilakukan dengan perubahan perilaku antara lain menghindari asap rokok, diet sehat, rajin aktivitas fisik dan tidak mengkonsumsi alkohol.

Menurut hasil *survey* awal yang dilakukan pada anggota Posyandu Lansia Mawar Merah di Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo rata-rata masyarakat memiliki permasalahan kesehatan salah satunya yaitu tekanan darah tinggi atau hipertensi. Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah di Desa Pabelan rata-rata bermata pencaharian sebagai wirausaha yaitu pedagang sayur, usaha warung makan, usaha wisma atau kos, usaha cuci pakaian, dan sebagai ibu rumah tangga. Masyarakat lansia juga cenderung malas untuk berolahraga karena kesibukan. Gaya hidup masyarakat lansia tersebut bisa menjadi salah satu pemicu permasalahan kesehatan seperti hipertensi.

## **BAHAN DAN METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Penyuluhan Penyakit Hipertensi pada Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah di Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo” telah dilaksanakan pada Sabtu, 06 Januari 2024 dari pukul 06.00–09.00 WIB.

Kegiatan diikuti oleh 50 peserta Bapak-Ibu yang tergabung dalam kelompok Posyandu. Secara umum kegiatan berupa penyuluhan dengan pemberian materi tentang penyakit hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan alat bantu berupa *leaflet* materi tentang penyakit hipertensi. Materi meliputi pengertian hipertensi, faktor resiko, tanda serta gejala hipertensi, klasifikasi hipertensi, pertolongan pertama pada penderita hipertensi, pencegahan dan obat tradisional yang bisa digunakan untuk penyembuhan hipertensi. Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Pengumpulan data peserta

Data yang dikumpulkan dari peserta berupa data umur, gender, dan tekanan darah. Data tekanan darah diperoleh melalui pemeriksaan menggunakan tensimeter.



**Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah dan Berat Badan Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan**

#### 2. Pelaksanaan *Pretest*

Pelaksanaan *pretest* dilakukan sebelum materi penyuluhan dan leaflet dibagikan. Tahap ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pemahaman awal anggota Posyandu lansia Mawar Merah terhadap pengetahuan umum tentang hipertensi. Dalam pelaksanaan *pretest* dan *posttest* dikerjakan 6 soal dalam waktu 5 menit.

#### 3. Penyuluhan penyakit hipertensi

Materi meliputi pengertian hipertensi, faktor resiko, tanda serta gejala hipertensi, klasifikasi hipertensi, pertolongan pertama pada penderita hipertensi, pencegahan dan obat tradisional yang bisa digunakan untuk penyembuhan hipertensi. Peserta mendapat leaflet penyakit hipertensi dan penjelasan dari pemateri.



**Gambar 2. Penyuluhan Hipertensi pada Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan**

#### 4. Pelaksanaan *Post test*

Pelaksanaan *post test* dilakukan setelah materi penyuluhan dan leaflet diberikan. Tahap tersebut bertujuan untuk mengetahui bagaimana pemahaman awal anggota Posyandu lansia Mawar Merah terhadap pengetahuan umum tentang hipertensi setelah diberikan intervensi penyuluhan. Dalam pelaksanaan postes menggunakan soal yang sama dengan *pretest*.

#### 5. Diskusi dan tanya jawab peserta

Diskusi dan tanya jawab peserta dilakukan di akhir presentasi materi dan dalam melakukan tanya jawab diharapkan antusias peserta sangat besar, bagi peserta yang bisa menjawab pertanyaan dari panitia akan mendapatkan apresiasi hadiah.



**Gambar 3. Diskusi dan Tanya Jawab Tentang Hipertensi oleh Anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan**

#### 6. Analisis Data

Data hasil pretes dan postes kemudian dianalisis dengan uji normalitas data, uji univariat, dan uji bivariat. Hasil uji normalitas data pada variabel pengetahuan kader sebelum pelatihan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data demografi menunjukkan peserta kegiatan pengabdian dari posyandu lansia Mawar Merah Pabelan sebagian besar adalah lanjut usia (60-74 tahun) sebanyak 58%, dan dari kelompok lanjut usia tersebut sebagian besar adalah perempuan (52%). Secara keseluruhan peserta laki-laki 7 orang (14%), dan peserta perempuan sebanyak 43 orang (86%) (Tabel 1).

**Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Penyuluhan Hipertensi pada Anggota Posyandu Mawar Merah Pabelan**

Kategori lansia	Umur		Jenis kelamin	
	Range (tahun)	Jumlah	L	P
Usia pertengahan ( <i>middle age</i> )	45 -59	20 (40%)	4 (8%)	16 (32%)
Lanjut usia ( <i>elderly</i> )	60-74	29 (58%)	3 (6%)	26 (52%)
Lanjut usia tua ( <i>old</i> )	75-90	1 (2%)	0 (0%)	1 (2%)
Lansia sangat tua	> 90	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Total		50 (100%)	7 (14%)	43 (86%)

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah diketahui sebanyak 48% peserta kategori tekanan darah normal, 8% masuk kategori tekanan darah normal-tinggi, 18% peserta termasuk hipertensi derajat 1, dan sebanyak 18% memiliki tekanan darah dengan kategori hipertensi derajat 2 (Tabel 2).

**Tabel 2. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Peserta Pengabdian Penyuluhan Hipertensi pada Anggota Posyandu Mawar Merah Pabelan**

Tekanan darah TDD/TDS (mmHg)	Tingkatan Hipertensi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
< 130/85	Normal	24	48
130-139/85-89	Normal-Tinggi	4	8
140-159/90-99	Hipertensi Derajat 1	9	18
≥ 160/100	Hipertensi Derajat 2	13	26
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Keterangan: TDD: Tekanan Darah Diastolik, TDS: Tekanan Darah Sistolik

Hasil pengukuran nilai pretes dan postes menunjukkan peningkatan dengan mean pretes 32,9 dan mean nilai postes 88,3 (Tabel 4). Nilai yang sering muncul (modus) dalam pretes adalah 33,33 dan modus nilai postes adalah 83,33 (Tabel 3).

**Tabel 3. Hasil Pengukuran Nilai *Pretest* Dan *Post Test* Peserta Pengabdian Penyuluhan Hipertensi Pada Anggota Posyandu Mawar Merah Pabelan**

Jawaban benar	Nilai Pretes/Postes	Jumlah responden	
		Pretes	Postes
1	16,67	13 (26%)	0
2	33,33	25 (50%)	0
3	50	9 (18%)	0
4	66,67	3 (6%)	2 (4%)
5	83,33	0	31 (62%)
6	100	0	17 (34%)
	<b>Total</b>	<b>50 (100%)</b>	<b>50 (100%)</b>

Hasil pengujian menunjukkan data terdistribusi normal dan kemudian data dianalisis menggunakan uji *t-Test: Paired Two Sample for Means* untuk mengetahui perbandingan antara sebelum dilakukan pemberian materi dan setelah kegiatan penyuluhan Hasil analisis uji t- berpasangan antara skor pretes dan postes, dapat diketahui bahwa nilai P diperoleh  $< 0,05$  dan nilai t hitung  $> t$  tabel (Tabel 4). Sehingga hal ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan masyarakat Posyandu Lansia Mawar Merah sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan mengenai edukasi penyakit hipertensi. Kegiatan pengabdian lain yang dilakukan oleh Cahyati et al., (2024), juga menunjukkan kegiatan penyuluhan hipertensi pada kader posyandu memberikan perbedaan yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu tentang penyakit hipertensi. Pengabdian lain yang dilakukan oleh Dafriani et al., (2023) yang memberikan edukasi hipertensi ada lansia di Lubuk Buaya Kota Padang menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang hipertensi setelah pemberian edukasi.

**Tabel 4. Hasil Uji T Berpasangan Berdasarkan Nilai Pretes dan Postes Peserta Pengabdian Penyuluhan Hipertensi pada Anggota Posyandu Mawar Merah Pabelan**

<b>t-Test: Paired Two Sample for Means</b>		
	<i>Variable 1</i>	<i>Variable 2</i>
Mean	32,9644	88,3442
Variance	175,6162415	82,07058404
Observations	50	50
Pearson Correlation	-0,603254825	
Hypothesized Mean Difference	0	
df	49	
t Stat	-19,51801571	
P(T<=t) one-tail	0,00	
t Critical one-tail	1,676550893	
P(T<=t) two-tail	9,34983E-25	
t Critical two-tail	2,009575237	

Materi yang diberikan kepada anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan tentang gejala, penyebab, cara mencegah, akibat lanjutan dari hipertensi, dan pengobatan penyakit hipertensi. Meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi diharapkan dapat mencegah timbulnya penyakit hipertensi pada anggota yang memiliki tekanan darah normal dan peningkatan kualitas hidup melalui pola hidup sehat dan kepatuhan penggunaan obat bagi penderita hipertensi.

Selama kegiatan berlangsung, peserta antusias mendengarkan pemaparan oleh pemateri dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan.



### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan penyuluhan penyakit hipertensi anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan pada 06 Januari 2024 dihadiri oleh 50 anggota. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pengetahuan anggota Posyandu Lansia Mawar Merah Pabelan tentang penyakit hipertensi

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini melalui skema PID (Pengembangan Individu Dosen) tahun 2024.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, F., Nur H., Humaerah, U.I. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Jurnal Wawasn Kesehatan*, 5(2), pp. 2548–4702.
- Cahyati, P., Hartono, D., dan Arifin, U. (2024). Optimalisasi Peran Kader Posbindu Melalui Psikoedukasi dalam Pengendalian Penyakit Hipertensi di Kelurahan Nagarasari Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya, *Abdimas Galuh*, Vol 6, No 1, p101-106
- Dafriani, P., Sartiwi, W., dan Dewi, R.I.S. (2023). Edukasi Hipertensi Pada Lansia Di Lubuk Buaya Kota Padang, *Abdimas Galuh*, Vol 5, No 1, p90-93
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. (2020). *Data Kasus Penyakit Tidak Menular Kabupaten Sukoharjo*. Page 2. 68. Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, P. (2020). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health and Medical Journal*, Vol 2, No 2 p68-77
- PERHI. (2021). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia.
- World Health Organization. (2019). *Hypertension : Key Facts*.