KONSELING TENTANG HIPERTENSI SERTA KOMPLIKASINYA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LANDASAN ULIN

Eka Handayani dan Septi Anggraeni

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan

Email: Ekabella8888@gmail.com

ABSTRAK

Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases* 2010 dari WHO, menyebutkan 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%. Jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat tajam, diprediksikan pada tahun 2025 sekitar 29% atau sekitar 1,6 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Berdasarkan hal tersebut diatas maka dilakukan pengabdian pada lansia di Puskesmas Landasan Ulin tentang Konseling Tentang Hipertensi Serta Komplikasinya Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Landasan Ulin.

Tujuan pengabdian ini untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang resiko hipertensi dan komplikasi pada lansia. Dari jumlah keseluruhan penduduk yang masih berusia remaja hanya sebgaian kecil dari mereka yang memiliki penyakit hipertensi dan sebagian besar yang banyak menderita penyakit hipertensi mulai dari golongan umur 45 ± 70 tahun yang banyak menderita hipertensi pada tiap bulan dan tahunnya. Ada beberapa faktor yang menyebabkan lansia tersebut menderita penyakit hipertensi seperti : faktor kualitas tidur yang menurun, faktor stress, faktor sering merokok, faktor pola makan, faktor kurangnya berolahraga, faktor genetik dan faktor pendapatan. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Landasan Ulin

Kata Kunci: Hipertensi Lansia, Resiko dan Komplikasi Hipertensi

CONCEPT ABOUT HYPERTENSION AND ITS COMPLICATIONS ON ELDERLY IN WORKING AREAS OF HEALTH CENTER ULIN

ABSTRACK

Global Status Report Data on Noncommunicable Diseases 2010 from WHO, said 40% of developing economies have hypertension sufferers, while developed countries have only 35%. The number of people with hypertension will continue to increase sharply, predicted in 2025 about 29% or around 1.6 billion adults worldwide suffer from hypertension. 2025 around 29% or around 1.6 billion adults worldwide suffer from hypertension. Based on the above, the service to the elderly at the Ulin Base Health Center is carried out.

The purpose of this service is to provide health education about the risk of hypertension and complications in the elderly. Of the total population who are still teenagers, only a small proportion of those who have hypertension and most of them suffer from hypertension starting from 45 ± 70 years old people who suffer from hypertension every month and year.

There are several factors that cause the elderly to suffer from hypertension such as: decreased sleep quality factors, stress factors, frequent smoking factors, dietary factors, lack of exercise, genetic factors and income factors. The target in this service activity is the elderly in the Community Health Center Working Area of Ulin

Keywords: Elderly Hypertension, Risk and Complications of Hypertension

PENDAHULUAN

Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases* 2010 dari WHO, menyebutkan 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%. Jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat tajam, diprediksikan pada tahun 2025 sekitar 29% atau sekitar 1,6 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (Depkes RI, 2013).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥18 tahun sebesar 25,8%, tetapi yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan atau riwayat minum obat hanya sebesar 9,5%. Hipertensi juga merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia pada semua umur dengan proporsi kematian 6,8% (Riskesdas, 2013).

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya140 mmHg atau tekanan darah diastolik sedikitnya 90 mmHg (Price & Wilson, 2006). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan pada ginja, jantung, dan otak bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemenkes RI, 2013).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mempunyai hubungan yang sangat erat dengan lansia. Hal ini terjadi akibat perubahan fsiologis yang terjadi seperti penurunan responimunitas tubuh, katup jantung menebal dan menjadi kaku, penurunan kemampuan kontraksi jantung, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, serta kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Perubahan-perubahan inilah yang menyebabkan peningkatan resistensivaskuler sehingga lansia cenderung lebih rentan mengalami hipertensi (Setiawan, dkk,2013).

Perubahan yang terjadi pada lansia adalah masalah psikososial. Perubahan psikososial ini berhubungan dengan bahwa lansia telah mengalami pensiun, maka ia akan kehilangan teman,pekerjaan, dan status. Lansia merasakan atau sadar akan kematiannya, sehingga menimbulkan perasaan cemas, yang mengakibatkan permasalahan yang menimbulkan gangguan tidur (Maryam,dkk,2008)

Prevalensi hipertensi pada penduduk 18 tahun ke atas di Kalimantan Selatan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah adalah 39,6% (rentang: 34,9-48,2%) dan selebihnya yang paling banyak adalah lansia. Tujuh kabupaten dengan prevalensi hipertensi lebih tinggi dari angka provinsi lain yaitu Hulu Sungai Selatan, Tapin, Tanah Bumbu, Hulu Sungai Tengah, Tabalong, Hulu Sungai Utara, dan Tanah Laut. Kasus hipertensi lebih banyak terdeteksi dengan pengukuran dan minum obat dibandingkan yang terdeteksi oleh tenaga kesehatan.

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas), beberapa penyakit tidak menular yang menjadi penyebab kematian di Kalsel yaitu, diabetes melitus 2% dari jumlah penduduk, kemudian hipertensi mencapai 30,8%, stroke 9,2%, kanker 1,6%, dan jantung koroner 0,5%. Sedangkan data secara riil penderita hipertensi per kabupaten dan kota di Kalsel tahun 2015 yaitu, Kota Banjarmasin merupakan tertinggi penderita hipertensi yaitu 18.730 penderita, disusul Tanah Laut sebanyak 14.121 orang penderita. Kemudian Kabupaten Banjar 7.738 orang penderita, Kotabaru 6.680 orang penderita, Banjarbaru 5.629 orang penderita, Tapin 3.085 orang, Barito Kuala 2.985 orang dan sisanya berkisar antara 2.500 hingga di atas seribu orang.

Dari data laporan tahunan di Puskesmas Sungai Besar Banjarbaru di dapatkan data dari sepuluh jenis penyakit terbanyak yang ada di Puskesmas Hipertensi berada pada peringkat kedua pada tahun 2017 dengan jumlah penderita 2237 dengan persentase 13,67%. Dan peringkat pertama dalam sepuluh penyakit tidak menular pada tahun 2017 dengan jumlah 1925 dengan persentase 51,26%. Hal ini dapat disebabkan karena semakin tinggi tingkat penghasilan penduduk akan berpengaruh terhadap pola makan, aktivitas, dan kualitas tidur setiap hari yang dapat mengakibatkan timbulnya penyakit hipertensi ini.

Dan pada tiap bulannya hipertensi ini di puskesmas sungai besar selalu mengalami penambahan jumlah penderita baru pada lansia yang berusia 45 - >70 tahun. Sehingga penyakit ini masih tergolong tinggi di puskesmas sungai besar.

KHALAYAK SASARAN

Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Landasan Ulin.

METODE

Peningkatan pengetahuan dengan cara memeberikan pendidikan pendidikan tentang hipertensi pada lansia untuk mengurangi resiko hipertensi pada lansia dilakukan dengan caea pemberian informasi berupa penyuluhan kesehatan tentang hipertensi pada lansia. Kemudian dilanjutkan dengan pengukuran tekanan darah lalu diskusi dan tanya jawab.

HASIL KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 7 Januari 2019 yng dimulai pada pukul 09.00 sampai dengan pukul 12.30 WITA, bertempat di Aula Puskesmas Landasan Ulin.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pemberian informasi tentang hipertensi pada lansia serta komplikasinya, kemudian dianjutkan dengan pengukuran tekanan darah dan kemudian dilanjutkan dengan Tanya jawab tentang bahaya hipertensi pada lansia.

Dari 12 lansia yang melakukan pengukuran tekanan darah didapatkan 7 orang lansia yang mempuntai hipertensi, dari hasil penyuluhan yang dilakukan dan hasil dari tanya jawab yang antusias terlihat lanisa mengerti apa yang harus dihindari agar dapat mencegah peningkatan tekanan darah. Setelah didapatkan beberapa lansia yang hipertensi maka disarankan kepada lansia terbut untuk memeriksakan ke tenaga kesehatan lagi agar mendapatkan pemantauan lebih lanjut oleh tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Landasan Ulin, dan berkolaborasi kepada bidan desa untuk memberikan pemantauan yang lebih mendalam kepada lansia yang hipertensi.

Selesai pemeriksaan tekanan darah dilanjutkan dengan pemberian materi tentang hipertensi dan komplikasi hipertensi pada lansia, semua lansia sangat antusias bertanya dalam kegiatan pengabdian ini di wilayah kerja puskesmas Landasan Ulin.

FOTO KEGIATAN

PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

KESIMPULAN

Dari hasil pengabdian dimana 12 lansia yang melakukan pengukuran tekanan darah didapatkan 7 orang lansia yang mempuntai hipertensi, dari hasil penyuluhan yang dilakukan dan hasil dari tanya jawab yang antusias terlihat lanisa mengerti apa yang harus dihindari agar dapat mencegah peningkatan tekanan darah. Setelah didapatkan beberapa lansia yang hipertensi maka disarankan kepada lansia terbut untuk memeriksakan ke tenaga kesehatan lagi agar mendapatkan pemantauan lebih lanjut oleh tenaga kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Landasan Ulin, dan berkolaborasi kepada bidan desa untuk memberikan pemantauan yang lebih mendalam kepada lansia yang hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Depkes RI, 2009. Sistem Kesehatan Nasional. Jakarta

Kemenkes, 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2012. Kemenkes RI Jakarta

Riskesdas, 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2012. Kemenkes RI Jakarta

Manuaba. (2012). Pengantar Kuliah Obsterti. Jakarta: EGC

Setiawan, dkk.,20013. 100 Questions & Answers Hipertensi. Jakarta : Elex Media Komputindo

Maryam, dkk, (2008). Klasifikasi Hipertensi. Jakarta

Wiknjosastro (2002). Ilmu Kebidanan. Jakarta : JNPKKR–POGI bekerjasama dengan Yayasan Bina pustaka Sarwono Prawirohardjo.