Volume 1 No. 1 2025, pp. 38-42
DOI: https://doi.org/10.54816/jpkb.v1i1. 881

Edukasi Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Pada Lansia

Oscar Ari Wiryansyah [1], Indra Wahyudi [2], Stephanie Pratiwi Sorongan[3], Rista Dwita[4]
[1,2,3,4] Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Adiguna

Email : oscarariwiryansyah@gmail.com [1]

Abstrak

Hipertensi merupakan keadaan medis dimana kondisi pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan yang persisten. Secara klinis hipertensi dapat didefenisikan sebagai keadaan peningkatan tekanan darah di atas batas yang telah ditetapkan oleh suatu panduan. Usia lansia memiliki resiko tinggi menderita hipertensi karena faktor hormonal dan biokimiawi berperan penting terhadap terjadinya hipertensi. Perubahan hormone dapat meningkatkan kadar androgen relative, meningkatkan renin, plasma endothelin, sensitivitas garam dan resistensi insulin, aktivitas simpatik, berat badan, dan akhirnya terjadi hipertensi. Tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia, sehingga mereka dapat mencegah terjadinya kegawatdaruratan pada hipertensi dan menjaga kesehatan. Metode pelaksanaan PKM ini menggunakan pendekatan penelitian berbasis komunitas, yang melibatkan lansia, kader Kesehatan dan staf kelurahan secara aktif dalam pencegahan, pelaksanaan dan evaluasi program pendidikan kesehatan. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan promosi kesehatan berbasis komunitas berhasil meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap lansia dan warga setempat terhadap pencegahan terjadinya kegawatdaruratan penyakit hipertensi. Peningkatan ini dicapai melalui pendekatan dalam materi edukasi yang disampaikan, yang membuat program lebih relevan dan menarik bagi peserta dan menjadi bersemangat dalam mengikuti kegiatan.
Kata Kunci : Edukasi, Kegawatdaruratan, Hipertensi

Abstract

High blood pressure is a disease in which the pressure in the blood vessels increases permanently. Clinically, hypertension can be defined as an increase in blood pressure above the limits set in a guideline. Older people are at high risk of developing high blood pressure because hormonal and biochemical factors play an important role in the development of high blood pressure. Hormonal changes can increase relative androgen levels, increase renin, plasma endothelin, salt sensitivity and insulin resistance, sympathetic activity, body weight, and ultimately hypertension. The goal of this charitable activity is to expand the knowledge of older people so that they can prevent high blood pressure emergencies and maintain their health. The PKM implementation method is based on a community-based research approach that actively involves the elderly, health cadres and sub-district personnel in the prevention, implementation and evaluation of health promotion programs. The results of this activity show that the community-based health promotion approach succeeded in increasing knowledge and changing the attitudes of older people and residents towards the prevention of hypertension emergencies. This improvement was achieved through an approach in the teaching material provided that made the program more relevant and interesting for participants and excited them to take part in the activities.
Keywords : *Education, Emergencies, Hypertension*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan medis dimana kondisi pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan yang persisten. Secara klinis hipertensi dapat didefenisikan sebagai keadaan peningkatan tekanan darah di atas batas yang telah ditetapkan oleh suatu panduan. Hipertensi merupakan gangguan sistem kardiovaskuler yang paling umum dan menjadi salah satu penyakit paling sering secar global. (1)

Pada usia lansia memiliki resiko tinggi menderita hipertensi karena faktor hormonal dan biokimiawi berperan penting terhadap terjadinya hipertensi. Perubahan hormon dapat meningkatkan kadar androgen relative, meningkatkan renin, plasma endothelin, sensitivitas garam dan resistensi insulin, aktivitas simpatik, berat badan, dan akhirnya terjadi hipertensi (2). Selain itu hipertensi juga dapat mempengaruhi kualitas tidur yang mana tidur dapat diartikan sebagai kondisi istirahat yang diperlukan oleh makhluk hidup dan bersifat alami,

Volume 1 No. 1 2025, pp. 38-42
DOI: https://doi.org/10.54816/jpkb.v1i1. 881

serta melibatkan hilangnya kesadaran makhluk hidup selama tidur berlangsung dan kesadaran tersebut dapat kembali lagi dalam wujud bangun dari tidur (3).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, prevalensi hipertensi mengalami peningkatan dibandingkan pada Riskesdas tahun 2018 sebesar 25,8%. Sedangkan jumlah kasus hipertensi pada tahun 2020 berjumlah 64,5104 kasus,pada tahun 2021 berjumlah 98,7295 kasus dan pada tahun 2022 berjumlah 14,97736 kasus. (BPS, Provinsi Sumatera-Selatan, 2024). Anngka kejadian penyakit hipertensi di Kelurahan Lebong gajah RT 36 palembang sebanyak 36 penderita dari 80 Kepala Keluarga dan 253 jiwa (4). Faktor resiko terjadinya hipertensi terdiri dari faktor yang dapat di modifikasi yakni diet, obesitas, olahraga/aktivitas, stress, dan gaya hidup, sedangkan faktor yang tidak dapat dimodifikasi yakni riwayat keluarga/keturunan, jenis kelamin, dan umur.

Penatalaksanaan resiko tinggi hipertensi bisa dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis yang bisa diberikan untuk penderita hipertensi yaitu mengkonsumsi madu murni, senam anti-hipertensi, cek kesehatan rutin, menghindari stress, kurangi kosumsi rokok dan makan makanan sehat dan bergizi (5).

Berdasarkan data yang diterima dari RT 54 Di Kelurahan Lebong Gajah Palembang yang berjumlah 185 KK dari 39 KK yang terkaji ada sekitar 36 orang lansia dan yang menderita hipertensi terutama pada kalangan lanjut usia. Penyakit hipertensi yang diderita perempuan berjumlah 30 orang dan penderita laki – laki berjumlah 6 orang. Berdasarkan uraian masalah di atas, maka penulis perlu untuk menyusun laporan praktik komunitas di Kelurahan Lebong Gajah RT 54 Palembang dengan mengangkat masalah tersebut. Adanya Pengabdian Kepada Masyarakat ini, diharapkan para lansia akan lebih memahami terkait kegawatdaruratan hipertensi.

2. METODE

Metode pelaksanaan PKM ini menggunakan pendekatan *community-based participatory research* (CBPR), yaitu melibatkan melibatkan lansia, kader Kesehatan dan staf kelurahan secara aktif dalam pencegahan, pelaksanaan dan evaluasi program pendidikan kesehatan. Pendekatan ini efektif untuk mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal dengan upaya peningkatan kesehatan berbasis ilmiah.

A. Tahap Persiapan:

1. Identifikasi Lokasi dan Sasaran: Pemilihan komunitas sebagai lokasi program. Lansia dengan rentang usia 60-69 tahun dipilih sebagai target karena mereka berada dalam tahap yang rentan terhadap berbagai penyakit dan terjadi penurunan semua sistem tubuh (6).
2. Studi Awal (Baseline Data): Pengumpulan data awal mengenai pengetahuan dan sikap lansia terhadap pencegahan kegawatdaruratan hipertensi dilakukan melalui survei, wawancara, atau diskusi kelompok terarah (*focus group discussion* - FGD). Alat yang digunakan, contohnya, adalah lembar observasi tekanan darah para lansia sekitar (7).
3. Pemetaan Kearifan Lokal: Berdiskusi dengan tokoh masyarakat, dan kader kesehatan lokal untuk mengidentifikasi tradisi atau kebiasaan yang relevan dan dapat digunakan dalam promosi kesehatan. Misalnya, tradisi menjaga kesehatan dengan mengkosumsi madu dalam pencegahan penyakit.

B. Tahap Pelaksanaan Program Pendidikan Kesehatan:

1. Pengembangan Materi Pendidikan Kesehatan: Materi promosi dikembangkan dengan menggabungkan nilai-nilai budaya lokal, seperti kebiasaan, adat, seni tradisional, atau praktik budaya yang berkaitan dengan kesehatan, agar lebih mudah diterima oleh Masyarakat.
2. Pelatihan dan Edukasi: Edukasi dilakukan dengan metode interaktif, tanya jawab, diskusi, seperti diskusi kelompok yang dibumbui dengan lelucon dan cerita lucu. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia karena melibatkan pengalaman pribadi masing-masing.
3. Pendidikan Kesehatan: Melaksanakan pendidikan kesehatan dalam komunitas dengan menggunakan media promosi seperti brosur, poster, dan X banner yang dirancang sesuai

Volume 1 No. 1 2025, pp. 38-42
DOI: https://doi.org/10.54816/jpkb.v1i1. 881

dengan kebutuhan lansia. Pendidikan kesehatan ini bertujuan memperluas jangkauan dan dampak program.

C. Tahap Evaluasi:

1. Penilaian Pengetahuan dan Sikap *(Post-Test)*: Setelah program selesai, dilakukan survei kembali menggunakan sesi tanya jawab yang sama untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan dan sikap lansia sebelum dan sesudah program.
2. Analisis Data: Data dari *pre-test* dan *post-test* dibandingkan untuk menilai efektivitas program promosi kesehatan berbasis komunitas.
3. Refleksi dan Dokumentasi: Mengumpulkan umpan balik dari peserta dan masyarakat mengenai keberhasilan program, serta mendokumentasikan hasilnya dalam bentuk laporan atau video.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Tahapan Persiapan Kegiatan

Kegiatan peduli lansia dengan meningkatkan pemahaman tentang hipertensi di RT 54, Lebung Gajah berjalan dengan baik dan mendapatkan apresiasi positif dari masyarakat setempat. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi penyuluhan tentang hipertensi pada lansia serta pemeriksaan kesehatan gratis yang diantaranya pemeriksaan tekanan darah. Tahapan persiapan kegiatan pada pengabdian masyarakat ini meliputi :

1. Kegiatan peninjauan lokasi dan survei tempat pengabdian masyarakat yaitu di RT 54 Kelurahan Lebung Gajah, Palembang. Tim pengabdi melakukan diskusi dengan Ibu RT 54 dan mengidentifikasi permasalahan yang sering dihadapi oleh RT tersebut.
2. Permohonan ijin kegiatan pengabdian masyarakat kepada RT 54 Kelurahan Lebung Gajah, Palembang.
3. Persiapan alat-alat kesehatan dan bahan penyuluhan, leaflet, serta akomodasi.
4. Persiapan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan).

B. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masayarakat yang berupa penyuluhan tentang hipertensi adalah sebagai berikut.

1. Pembukaan dan perkenalan dengan masyarakat RT 54 Kelurahan Lebung Gajah yang hadir dan menjadi sasaran kegiatan.
2. Penyuluhan tentang hipertensi dengan tema “Penyuluhan Penyakit Hipertensi Pada Lansia di RT 54 Kelurahan Lebung Gajah Tahun 2025”
3. Pelaksanaan diskusi tanya jawab kepada peserta penyuluhan kesehatan
4. Melakukan implementasi berupa pemberian madu murni pada lansia
5. Pemeriksaan kesehatan berupa pengecekkan tekanan darah kepada Masyarakat
6. Penutupan yaitu foto bersama dengan peserta penyuluhan kesehatan, berpamitan dengan masyarakat.
7. Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat.

A. Peningkatan Pengetahuan Remaja

Berdasarkan hasil survei, terdapat peningkatan pengetahuan lansia mengenai pencegahan kegawatdaruratan hipertensi setelah pelaksanaan program pendidikan kesehatan (8). Program edukasi berbasis komunitas dan kebiasaan, seperti penggunaan kegiatan dan masalah sehari-hari menggambarkan pentingnya menjaga kesehatan, terbukti membantu peserta lebih memahami materi (9). Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa program pendidikan kesehatan berbasis komunitas berhasil menyampaikan informasi dengan cara yang efektif. Penggunaan media seperti poster dan kebiasaan sebagai media mempermudah lansia memahami materi yang disampaikan, karena sesuai dengan pengalaman dan konteks kehidupan mereka sehari-hari. Hal ini juga sejalan dengan temuan yang menyatakan bahwa program edukasi yang disesuaikan dengan konteks kebiasaan dan adat lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat dibandingkan dengan program konvensional (10).

Copyright © 2025 E-ISSN 3090-1375 Universitas Kader Bangsa

Volume 1 No. 1 2025, pp. 38-42
DOI: https://doi.org/10.54816/jpkb.v1i1. 881

B. Perubahan Sikap Lansia

Perubahan sikap lansia terhadap pentingnya pencegahan terjadinya kegawatdaruratan hipertensi juga terlihat. Sebelum kegiatan peserta belum bisa menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pembawa materi dan bingung tindakan yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan. Perubahan sikap ini menunjukkan dampak positif dari pendekatan berbasis komunitas. Melibatkan tokoh masyarakat dan menggunakan nilai-nilai tradisional, seperti gotong royong dan kebersihan, mendorong peserta untuk lebih termotivasi dalam menerapkan perilaku sehat. Studi sebelumnya juga menyebutkan bahwa partisipasi aktif masyarakat dalam program promosi kesehatan dapat meningkatkan keberlanjutan perubahan perilaku.(11)

C. Efektivitas Metode Berbasis Komunitas

Pendekatan berbasis komunitas mendapatkan tanggapan positif dari peserta dan masyarakat. Sebagian besar lansia menyatakan bahwa metode yang digunakan menarik dan relevan dengan kebiasaan setempat, sehingga lebih mudah diikuti. Metode berbasis komunitas tidak hanya meningkatkan hasil program, tetapi juga memperkuat rasa identitas budaya peserta. Pendekatan ini tidak hanya efektif dalam menyampaikan materi, tetapi juga mendorong rasa kebanggaan terhadap budaya yang dapat mendukung keberlanjutan perilaku sehat di Masyarakat sekitar (12).

Gambar 1. Registrasi



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Peserta Kegiatan Penyuluhan



4. KESIMPULAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan Pendidikan kesehatan berbasis komunitas dan kearifan lokal berhasil meningkatkan pengetahuan dan menambah semangat lansia terhadap pencegahan kegawatdaruratan hipertensi dengan cara non farmakologis.

Volume 1 No. 1 2025, pp. 38-42
DOI: https://doi.org/10.54816/jpkb.v1i1. 881

Peningkatan ini dicapai melalui integrasi nilai-nilai budaya lokal dalam materi edukasi yang membuat program lebih relevan dan menarik bagi peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdi menyampaikan terima kasih untuk dukungan serta kemudahan yang diberikan Ketua STIKES Mitra Adiguna beserta jajarannya dan segenap pengelola Program Studi S1 Keperawatan dan akhirnya kegiatan edukasi ini berjalan lancar. Selain itu, penulis juga menyampaikan terimakasih kepada RT 54 Kelurahan Lebung Gajah sudah mengizinkan serta membantu mensukseskan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zaenurrohmah DH, Rachmayanti RD. Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly. J Berk Epidemiol. 2017;5(2):174.
2. Imelda I, Sjaaf F, Puspita T. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. Heal Med J. 2020;2(2):68–77.
3. Pasambo Y, Karundeng Y, Bobaya J, Desyani NLJ, Sarimin DS, Alam S. Peningkatan Kapasitas Masyarakat Dalam Deteksi Dini Stroke Menggunakan "Metode Fast" Pada Masyarakat Dengan Risiko Tinggi Stroke. 2023;4(4):3220–6.
4. Rosadi D, Hildawati N. Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Raya , Kabupaten Hulu Sungai Selatan. JHECDs J Heal Epidemiol Commun Dis. 2021;7(2):60–7.
5. Mohtar MS, Rahman S, Apriannor A, Auliyah GR. Efektifitas Metode Pengkajian Siriraj Stroke Score (SSS) dan National Institute of Health Stroke Scale (NIHSS) dalam Penetapan Diagnosa Keperawatan Aktual pasien Stroke di Ruang IGD. Din Kesehat J Kebidanan Dan Keperawatan. 2022;12(2):529–47.
6. Ekarini NLP, Wahyuni JD, Sulistyowati D. Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. Jkep. 2020;5(1):61–73.
7. Sari CB, Subagio HW, Murbawani EA. HUBUNGAN DERAJAT KEPARAHAN STROKE DENGAN PERUBAHAN STATUS GIZI PASIEN DI UNIT STROKE Indonesian Journal of Clinical Nutrition Physician . Hal 65-79 | 65 p -ISSN : 2597-4297 Volume 3 No . 1 , Agustus 2020 Pendahuluan Stroke adalah episode akut disfungsi fo. 2020;3(1):65–79.
8. Rustiawati E. Penanganan Kegawatdaruratan Di Rumah: Serangan Stroke dan Pencegahan Terjadinya Stroke. J Pengabdi dan Pengemb Masy Indones. 2022;1(1):34–6.
9. Helni H. Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Provinsi Jambi. J Kesehat Masy Indones. 2020;15(2):34.
10. Masriana, Muammar, Yahya M. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Stroke Pada Pasien. J Nurs Midwifery [Internet]. 2021;3(3):55–66. Available from: http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/
11. Oki A. Peningkatan pengetahuan tentang cara identifikasi dan upaya preventif faktor-faktor resiko stroke pada masyarakat pesisir desa atep oki increased knowledge about how to identify and prevent stroke risk factors in coastal communities at atep oki. TOMOU TOU J Pengabdi Masy. 2023;01(01):1–4.
12. Handayani IY, Aini Isnawati I, Hamim HN. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KEPARAHAN STROKE DI RUANG MELATI RSUD Dr. HARYOTO LUMAJANG. J Ilmu Kesehat Mandira Cendikia [Internet]. 2023;2(10):543–54. Available from: https://journal-mandiracendikia.com/jikmc

Copyright © 2025 E-ISSN 3090-1375 Universitas Kader Bangsa