

Hipertensi pada Lansia di Pondok Haji Muhammad Ridwan di Desa Rondaman Dolok

Nanda Suryani Sagala¹, Mastiu Napitupulu

(nandasagala89@gmail.com, mastiurn@gmail.com082274415094)

ABSTRAK

Di Indonesia hipertensi masih menjadi tantangan besar. Hal ini dikarenakan hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Sekitar 1 dari 3 orang penduduk Indonesia menderita hipertensi. Berdasarkan prevalensinya, persentase penderita hipertensi yang berusia diatas 18 tahun yaitu 25,8%. Jumlah kasus hipertensi yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya sebesar 36,8% dan selebihnya (63,2%) tidak terdiagnosis. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi klien mampu mengetahui tentang penyakit hipertensi. Pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok adalah salah satu tempat pemondokan lansia yang berada di Kabupaten Padang Lawas Utara. Dari survei yang dilakukan oleh tim pengabdian dengan wawancara dengan pihak pengelola di ketahui lebih dari 60 orang lansia yang terdapat di pondok ini setiap periodenya dan dimana lansia-lansia tersebut di ketahui memiliki penyakit hipertensi yang tidak mendapatkan pengobatan secara rutin. Kegiatan pengabdian ini diadakan dengan metode pemeriksaan kesehatan pada lansia yang bermukim di pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok. Kegiatan diawali dengan pendaftaran, kemudian dilakukan pemeriksaan kesehatan yaitu tekanan darah, tinggi badan dan berat badan. Setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah didapatkan ada 36 lansia yang menderita hipertensi , sebagian dari mereka telah memiliki tekanan darah yang terkontrol. Namun kondisi ini perlu dipertahankan bahkan ditingkatkan agar mereka yang mengalami Hipertensi dapat terkontrol kondisinya serta mencegah mereka mengalami komplikasi lanjutan.

Kata kunci : Lansia, Hipertensi

ABSTRACT

In Indonesia, hypertension is still a big challenge. This is because hypertension is a condition that is often found in primary health care. About 1 in 3 Indonesians suffer from hypertension. Based on the prevalence, the percentage of hypertension sufferers who are over 18 years old is 25.8%. The number of hypertension cases diagnosed by health workers was only 36.8% and the rest (63.2%) were undiagnosed. After conducting health education about hypertension, clients are able to find out about hypertension. Pondok Haji Muhammad Ridwan, Rondaman Dolok Village is one of the elderly lodgings in North Padang Lawas Regency. From the survey conducted by the community service team with interviews with the management, it was found that more than 60 elderly people were present in this cottage every period and where the elderly were known to have hypertension that did not receive regular treatment. This service activity was held using the method of health checks for the elderly who live in the Haji Muhammad Ridwan lodge, Rondaman Dolok Village. The activity begins with registration, then a health check is carried out, namely blood pressure, height and weight. After doing blood pressure checks, it was found that there were 36 elderly people who suffered from hypertension, most of them had controlled blood pressure. However, this condition needs to be maintained and even improved so that those with hypertension can be controlled and prevent them from experiencing further complications.

Key words: Elderly, Hypertension

1. PENDAHULUAN

Hipertensi didefinisikan sebagai 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 atau tenang. Hipertensi berarti tekanan darah di dalam pembuluh darah sangat tinggi, dimana keadaan ini dapat merusak organ-organ vital tubuh bahkan menyebabkan kematian (Baradero, 2014).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 sekitar 1,13 milyar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya 1 dari 3 orang di dunia menderita hipertensi. Hipertensi memberikan kontribusi untuk hampir 9,4 juta kematian akibat penyakit kardiovaskuler setiap tahun. Hal ini juga berakibat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, yaitu sebesar 12% dan meningkatkan risiko stroke sebesar 24%. Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases* tahun 2014 menyebutkan 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%. Kawasan Asia Tenggara, terdapat 36% orang dewasa yang menderita Hipertensi dan telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. 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 (WHO, 2017).

Di Indonesia hipertensi masih menjadi tantangan besar. Hal ini dikarenakan hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Sekitar 1 dari 3 orang penduduk Indonesia menderita hipertensi. Berdasarkan prevalensinya, persentase penderita hipertensi yang berusia diatas 18 tahun yaitu 25,8%. Jumlah kasus hipertensi yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya sebesar 36,8% dan selebihnya (63,2%) tidak terdiagnosis. Hasil pengukuran yang dilakukan menunjukkan persentase penderita hipertensi mengalami peningkatan seiring dengan penambahan rentang usia. Pada kelompok umur 35-44 sebanyak 24,8% menderita hipertensi, umur 45-54 sebesar 35,6%, meningkat lagi pada umur 65-74 sebesar 57,6% dan yang paling tinggi sebanyak 63,8% dari lansia berusia 75

tahun keatas mengalami hipertensi (Riskesdas,2018).

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan hipertensi adalah penyakit terbanyak diderita oleh dewasa dan lansia sebanyak 60% di Pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok. Hal ini menggambarkan ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan pada lansia dan dewasa. Berdasarkan uraian diatas mahasiswa merencanakan akan melaksanakan penyuluhan mengenai hipertensi di Pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok.

2. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi klien mampu mengetahui tentang penyakit hipertensi.

2. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang hipertensi, diharapkan masyarakat mampu:

- Mengetahui pengertian hipertensi
- Mengetahui penyebab hipertensi
- Mengetahui tanda dan gejala hipertensi
- Mengetahui akibat lanjut hipertensi
- Mengetahui penatalaksanaan hipertensi

3. METODE PELAKSANAAN

Pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok adalah salah satu tempat pemondokan lansia yang berada di Kabupaten Padang Lawas Utara. Dari survei yang dilakukan oleh tim pengabdian dengan wawancara dengan pihak pengelola di ketahui lebih dari 60 orang lansia yang terdapat di pondok ini setiap periodenya dan dimana lansia-lansia tersebut di ketahui memiliki penyakit hipertensi yang tidak mendapatkan pengobatan secara rutin dan para lansia tidak mengetahui bagaimana pengobatan dan pencegahan peningkatkan tekanan darah tersebut.

Pondok haji Muhammad Ridwan juga diketahui tidak memiliki tim kesehatan yang standby di pondok tersebut yang senantiasa dapat mengontrol kesehatan para lansia.

Kegiatan pengabdian ini diadakan dengan metode pemeriksaan kesehatan pada lansia yang bermukim di pondok Haji Muhammad Ridwan Desa Rondaman Dolok. Kegiatan diawali dengan pendaftaran, kemudian dilakukan pemeriksaan kesehatan yaitu tekanan darah, tinggi badan dan berat

badan. Untuk pengabdian diawali dengan senam lansia oleh para Lansia kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan oleh terkait dengan penyakit hipertensi dan pengobatannya.

4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 17 Desember 2019. Dari hasil pemeriksaan pada 36 masyarakat di tiga tempat pengabdian didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel. 1 Hasil Pemeriksaan Kesehatan Lansia

No	Pemeriksaan	Frekuensi	Persentase
1	Umur		
	Dewasa	0	0
	PraLansia	9	25
	Lansia	27	75
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	5	14
	Perempuan	31	86
3	Indeks Massa Tubuh		
	Kurang	0	0
	Normal	18	50
	Overweight dan Obese	18	50
4	Status Hipertensi		
	Terkontrol	9	25
	Tidak	27	75

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar masyarakat yang datang memeriksakan kesehatan adalah lansia. Sebagian besar dari mereka adalah perempuan dan memiliki IMT normal. Untuk pemeriksaan IMT khususnya tinggi badan pada lansia, perlu dilakukan pemeriksaan tinggi badan sesuai dengan kondisi lansia. Pada lansia yang tidak dapat berdiri tegak, seharusnya dilakukan pemeriksaan tinggi badan

dengan menggunakan prediksi tinggi lutut. Hal ini disebabkan tinggi badan lansia mengalami penurunan massa tulang.

Setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah didapatkan ada 36 lansia yang menderita hipertensi, sebagian dari mereka telah memiliki tekanan darah yang terkontrol. Namun kondisi ini perlu dipertahankan bahkan ditingkatkan agar mereka yang mengalami Hipertensi dapat terkontrol kondisinya serta mencegah mereka mengalami komplikasi lanjutan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- Kegiatan pengabdian berjalan dengan baik.
- Dari semua lansia yang mondok, sekitar 36 yang terdiagnosis hipertensi. Dari hasil pemeriksaan didapatkan sebagian dari penderita Hipertensi telah memiliki kondisi yang terkontrol tekanan darahnya yaitu sebanyak 75 %..

Saran

- Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, diharapkan dapat memicu kesadaran masyarakat untuk lebih rutin memeriksakan kesehatan mereka secara pribadi maupun dengan datang ke puskesmas.
- Bagi mereka penderita Hipertensi diharapkan untuk lebih menjaga kondisi kesehatan dengan memeriksakan diri dan mengontrol gaya hidup.
- Untuk Pondok Haji Muhammad Ridwan menyarankan agar bekerjasama dengan puskesmas untuk menjaga kesehatan dari lansia yang mondok di tempat tersebut

6. REFERENSI

Baradero, M., Dayrit, M. W., & Siswadi, Y. (2014). *Klien gangguan kardiovaskuler: seri asuhan keperawatan*. Jakarta: EGC.

Riskesdas. (2018). *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI tahun 2018*

WHO South-East Asia. (2017). *2017 Health SDG Profile: Indonesia..*

7. DOKUMENTASI KEGIATAN

