

## Edukasi mengenai hipertensi pada lansia

Rindasari Munir, Fadia Rasyidin, Dela Amalia, Eva Puji Lestari, Chindy Setia Budi

Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor

### How to cite (APA)

Munir, R., Rasyidin, F., Amalia, D., Lestari, E. P., & Budi, C. S. (2024). Edukasi mengenai hipertensi pada lansia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 4(01), 8-13. <https://doi.org/10.34305/jppk.v4i01.1307>

### History

Received: 26 September 2024

Accepted: 24 November 2024

Published: 29 November 2024

### Corresponding Author

Rindasari Munir, Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor; [rindamunir@gmail.com](mailto:rindamunir@gmail.com)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Menurut World Health Organization (WHO) bahwa urutan kedua dari penyakit terbanyak yang dialami lansia setelah artritis yaitu penyakit kardiovaskuler dan hipertensi. Angka kejadian tersebut mencapai 15,2% dari 1203 sampel. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi.

**Metode :** Metode kegiatan dilakukan melalui penyuluhan dengan memberikan materi secara langsung menggunakan media penunjang yaitu poster dan leaflet yang diberikan kepada lansia, dan ada evaluasi melalui pre dan post-test dengan 10 pertanyaan.

**Hasil :** Didapatkan hasil dari 30 responden dengan menggunakan metode sampling jenuh, dapat diketahui dari pre-test berpengetahuan baik sejumlah 22 orang (73,3%) dan setelah dilakukan penyuluhan ada peningkatan hasil post-test berpengetahuan baik sebanyak 26 orang (86,7%), hal tersebut menandakan adanya peningkatan sebesar 18,28% . Selain itu, didapatkan hasil p value < 0,000 menunjukkan bahwa adanya pengaruh setelah dilakukan edukasi tentang hipertensi pada lansia.

**Kesimpulan :** Hasil pengabdian masyarakat ini yaitu menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan lansia mengenai hipertensi sehingga dapat mengurangi angka kejadian hipertensi pada lansia.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Edukasi, Penyuluhan, Hipertensi, Lansia

### ABSTRACT

**Background:** According to the World Health Organization (WHO), the second most common disease experienced by the elderly after arthritis is cardiovascular disease and hypertension. The incidence rate reached 15,2% of 1203 samples. The purpose of this community service is to increase the knowledge of the elderly regarding the prevention and treatment of hypertension.

**Method:** The activity method is carried out through counseling by providing direct material using supporting media, namely posters and leaflets given to the elderly and there is an evaluation through pre and post tests with 10 questions.

**Result:** The results were obtained from 30 respondents using the saturated sampling method, it can be seen from the pre test that 22 people (73,3%) had good knowledge and after counseling there was an increase in the results of the post test that 26 people had good knowledge (86,7%), this indicates an increase of 18,28%. In addition, the results of p value < 0,000 indicate that there is an effect after education about hypertension in the elderly.

**Conclusion:** The results of this community service show that there is an increase in the knowledge of the elderly about hypertension so that it can reduce the incidence of hypertension in the elderly.

**Keyword :** Knowledge, Education, Counseling, Hypertension, Elderly

## Pendahuluan

Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi dan penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit yang dialami lansia setelah penyakit artritis dan ini menjadi urutan kedua terbanyak yaitu berjumlah 15,2% dari 1203 sampel. Peningkatan prosentase dari hipertensi diprediksi mencapai 60% pada tahun 2025, yaitu sekitar 1,56 juta penderita (Saragih & Yunia, 2023). Menurut WHO, hipertensi diderita oleh orang dewasa yang berusia 30-79 tahun dan diperkirakan mencapai 1,28 miliar di seluruh dunia. Sebagian besar (dua pertiga) menempati negara dengan penghasilan yang rendah dan menengah. Dibawah dari jumlah orang dewasa (42%) yang menderita hipertensi terdiagnosis dan diobati (World Health Organization, 2023).

Tekanan darah dapat diturunkan dengan memantau tekanan darah itu sendiri, pola hidup yang baik dan konsumsi obat anti hipertensi. Pola hidup maupun pola diet bisa mengatur diet rendah garam. Cara tersebut merupakan salah satu terapi diet yang dilakukan agar tekanan darah dapat terkendali (Harnawati & Nisa, 2023). Penyakit nomor satu di Indonesia bisa termasuk penyakit hipertensi dan dapat membunuh secara mendadak. Penyakit ini dapat diderita oleh usia produktif juga, jadi tidak hanya dialami lanjut usia saja. Jumlah penderita hipertensi pada pria dan wanita sama banyaknya dan termasuk pada kategori usia 55-64 tahun (Syarli & Arini, 2021).

Penyebab terjadinya hipertensi dikarenakan faktor yang melekat seperti jenis kelamin, umur, dan genetik sedangkan dari faktor yang tidak melekat seperti kebiasaan makan, kebiasaan olah raga dan lainnya (Imelda et al., 2020). Secara global, kejadian hipertensi sekitar 1 di antara 4 laki-laki dan 1 di antara 5 wanita mengalami hipertensi serta 2 dari 3 pasien dari negara yang memiliki pendapatan menengah ke bawah. Menurut Riskesdas tahun 2018, Indonesia memiliki prevalensi kejadian hipertensi dengan diagnosis Dokter sebesar 8,36% (8,26-8,47%) yaitu sebesar 658,201

jiwa. Angka kejadian hipertensi primer mencapai 90%, sedangkan hipertensi sekunder mencapai 2% hingga 5% kasus hipertensi sistemik (M Ardiana, 2022).

Jumlah lansia yang meningkat menjadi perhatian khusus yang mengalami suatu proses menua. Hal ini usia lansia termasuk proses menjadi tua, dan menimbulkan berbagai perubahan seperti dari fisik, kognitif, perasaan, sosial, dan seksual (Adam, 2019). Negara Asia Tenggara untuk kasus hipertensi diprediksi sudah mencapai 8-18% dan pada tahun 2018 dijumpai mencapai 4.400 per 10.000 penduduk di Asia Tenggara. Dari 10 besar penyakit tidak menular, hipertensi pada lansia menduduki peringkat pertama dengan prevalensi 115 juta penduduk 31,7% (Fauziah, 2019). Dari beberapa hasil penelitian, usia yang makin bertambah maka angka prevalensi hipertensi akan mengalami peningkatan (Moonti et al., 2023). Hasil penelitian dari 6 kota-kota besar seperti Jakarta, Padang, Bandung, Yogyakarta, Denpasar, dan Makasar dengan responden usia lanjut yaitu 55-85 tahun, didapatkan hasil prevalensi hipertensi sebesar 52,5% (Apriyeni et al., 2023).

Hasil dari Kementerian Kesehatan tahun 2019, periode *aging population* telah memasuki negara Indonesia, dimana umur harapan hidup meningkat maka jumlah lansia juga akan meningkat (Nanga Bura et al., 2023). Menurut *Department of Health and Human Service*, usia > 65 tahun menjadi populasi yang terbanyak mengalami hipertensi sebesar 60-70%. Jenis hipertensi tersebut yaitu ISH (*Isolated Systolic Hypertension*), dimana tekanan sistoliknyanya saja yang tinggi di atas 140 mmHg, sedangkan tekanan diastolik tetap normal di bawah 90 mmHg. Penyebabnya dikarenakan adanya arteri yang mengalami kekakuan sehingga adanya peningkatan tekanan darah (Massa & Manafe, 2022).

Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2019 menunjukkan kejadian hipertensi pada lansia berjumlah 41,6% dan 39,6% di tahun 2018 adalah dari hasil Riskesdas. Hal ini mengalami kenaikan

dibandingkan data Risesdas 2013 sebesar 29,4%. Kasus hipertensi juga ditemukan di daerah Kabupaten Karawang sebesar 19,2% (Maulidah et al., 2022). Menurut Depkes Kota Bogor, pengukuran tekanan darah tinggi penduduk usia 55-64 mencapai 3,2%. Tingginya angka kejadian ini membuat tenaga kesehatan berupaya melakukan pencegahan agar lansia tidak mengalami komplikasi kesehatan (Khasanah & Nurjanah, 2020).

Dampak hipertensi dapat dilihat dari segi fisik yaitu dengan arteri koroner dan infark mengalami penyumbatan, ventrikel kiri mengalami hipertrofi, henti jantung, memicu gangguan serebrovaskuler dan arteriosklerosis koroner, serta dapat mengalami kematian. Jika dilihat dari segi psikologis pada lansia yang mengalami hipertensi diantaranya pasien akan berpikir bahwa hidupnya tidak ada gunanya lagi. Hal ini diakibatkan kelemahan dan proses penyakit hipertensi yang merupakan *long life disease* (Fitria & Prameswari, 2021).

Berdasarkan data dari Kader di Posbindu Bunga Teuleng Rw 17 Cilendek Barat pada bulan Januari sampai Februari tahun 2024 yang mengalami Hipertensi sebanyak 15 orang dari 30 peserta lansia yang ikut serta dalam kegiatan Posbindu maka dengan itu kami tertarik untuk membuat proposal dengan judul **“Edukasi Mengenai Hipertensi Pada Lansia”**.

#### **Metode**

Kegiatan dilakukan dengan Metode Penyuluhan yaitu dengan memberikan materi secara langsung menggunakan media penunjang poster, Power Point dan leaflet kepada lansia dengan tujuan meningkatkan pengetahuan mengenai Hipertensi pada lansia dan diskusi kepada lansia Edukasi Mengenai Hipertensi pada lansia Pencegahan dan Penanganan Hipertensi pada lansia serta ada evaluasi melalui pre dan post-test dengan 10 pertanyaan.

Teknik sampel yang digunakan adalah sampling jenuh yaitu jumlah populasi diambil keseluruhannya. Instrumen yang digunakan yaitu kuisisioner dengan 10 pertanyaan pengetahuan mengenai Pencegahan dan Penanganan Hipertensi pada Lansia. Responden diberikan pre-test dan post-test tentang informasi yang diberikan meliputi pengertian, tanda dan gejala, penyebab, dampak, pencegahan serta penanganan hipertensi. Waktu penyuluhan dilaksanakan pada Sabtu tanggal 11 Mei 2024 dan pada pukul 09.00 WIB, dimana sampel dalam penyuluhan ini berjumlah 30 orang.

#### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan langsung dan diskusi aktif kepada lansia. Penyuluhan dilakukan dengan mengkajikan berupa materi mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi pada lansia. Untuk mengevaluasi pengetahuan pada lansia diakhir penyuluhan dilakukan proses tanya jawab, ada beberapa lansia yang menanyakan beberapa pertanyaan mengenai hipertensi. Disamping itu, penyuluh memberikan leaflet tentang penanganan dan pencegahan hipertensi untuk menambah pengetahuan dan referensi lansia. Acara di desain sistematis mungkin dengan melibatkan semua pihak. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia sehingga kejadian hipertensi pada lansia dapat diturunkan.

Ketercapaian dari indikator kegiatan pengabdian masyarakat ini agar tercapai maka dilakukan pre dan post test sebelum dan sesudah penyuluhan. Kegiatan ini akan sangat efektif untuk mengukur tingkat pengetahuan baik dari segi kuantitas dan kualitas lansia seperti penjelasan di bawah tabel ini.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Didasarkan Atas Pengetahuan Hasil *Pre-test***

Pengetahuan	n	%
Baik	22	73,3
Kurang Baik	8	26,7
Total	30	100,0

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Didasarkan Atas Pengetahuan Hasil *Post-test***

Pengetahuan	n	%
Baik	26	86,7
Kurang Baik	4	13,3
Total	30	100,0

**Tabel 3. Skor *Pre-test* dan *Post-test***

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
<i>Pre test</i>	1,27	0,450
<i>Post test</i>	1,13	0,346

**Tabel 4. Hasil Analisis Uji Pengetahuan Lansia tentang Edukasi Hipertensi pada Lansia**

Pengetahuan	Mean Selisih	Nilai T	p value	Standar Deviasi
<i>Pre test</i>	0,133	1,682	0,000	0,434
<i>Post test</i>				

Didasarkan atas Tabel 4. Didapati hasil perhitungan uji statistik dengan menerapkan komputerisasi, didapati nilai t sebesar 1,682 serta p value = 0.000 (< 0.05), artinya yakni ada hubungan peningkatan pengetahuan lansia setelah dijalankan pre-test dan post-test di Posbindu Bunga Teuleng.

Hasil uji-t tentang hipertensi pada lansia juga diuji oleh Li Shuang Xu MM yang

menjelaskan tekanan darah sistolik turun sebesar 16,00 mmHg dan tekanan darah diastolik turun sebesar 5,31 mmHg. Nilai tekanan darah rata-rata pasien hipertensi sebelum dan sesudah intervensi diuji dengan uji-t berpasangan dan perbedaannya signifikan secara statistik ( $p < 0,5$ ) (Xu et al., 2024).



**Gambar 1. Pemaparan Materi**



**Gambar 2. Pre test dan Post test**



**Gambar 3. Foto Bersama dengan responden**

### Kesimpulan

Hasil kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan di Posbindu Bunga Teuleng dengan jumlah responden 30 orang, menunjukkan bahwa sebelum diberikan penjelasan materi masih ada lansia yang tidak paham dari hasil jawaban yang dipilih dan ada perubahan yang meningkat ketika sudah diberikan pemaparan ada peningkatan pengetahuan lansia yang dilihat dari hasil pre test dan post test. Hal ini menandakan peningkatan positif pada pengetahuan pencegahan dan penanganan hipertensi pada lansia setelah dilakukan penyuluhan.

### Saran

Semoga untuk Posbindu Bunga Teuleng bisa menambah fasilitas yang lebih lengkap, diperluas dari segi bangunan dan

lebih aktif untuk Kader yang menggerakkan lansia untuk melakukan kegiatan Posbindu. Untuk Bidan Koordinator sangat baik dalam memaparkan materi serta pemberian pelayanan kepada Lansia.

### Daftar Pustaka

- Adam, I. (2019). *Determinan Hipertensi pada lanjut usia*.
- Apriyeni Apriyeni Emira, Dwi Christina Rahayuningrum, Helena Patricia, V. I. (2023). Pendidikan Kesehatan Hipertensi Pada Lansia. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Ardiana, M. (2022). *Buku Ajar Menangani Hipertensi* (Meity Ardiana (ed.)). Airlangga University Press.
- Bura, A. S. N., Mahmud, N. U., Epidemiologi, P., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M.,

- & Penulis, E. (2023). *Article history*: 4(4), 678–689.
- Fauziah, M. (2019). Faktor-faktor Terjadinya Resiko Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan*, 13.
- Harnawati, R. A., & Nisa, J. (2023). Manajemen Pencegahan Hipertensi dengan Pemanfaatan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 261. <https://doi.org/10.26714/jsm.5.2.2023.261-263>
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Jakarta, U. M., & Hipertensi, L. D. (2020). *Indonesian Journal of Nursing Science and Practice*. 001(1).
- Manullang, C. E., & Rosalina, E. (2021). PENGARUH PROMOSI KESEHATAN DENGAN MEDIA LEAFLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KAMPUNG SAWAH JAKARTA UTARA. *Carolus Journal of Nursing*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.37480/cjon.v4i1.67>
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 484–494.
- <https://doi.org/10.37058/jkki.v18i2.5613>
- Moonti, M. A., Nugraha, M. D., Heryanto, M. L., Suhada, R. F., & Puspanegara, A. (2023). Terapi Kognitif Terhadap Penderita Hipertensi. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 2(02), 59–67.
- Musa, E. C. (2022). Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 060. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38641>
- Organization, W. H. (2023). Hypertension pharmacological treatment in adults: A world health organization guideline executive summary. *Hypertension*, 79(1), 293–301. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIO.NAHA.121.18192>
- Risiko, F., Hidup, K., & Penderita, L. (2021). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. 1(3), 407–419.
- Saragih, J., & Yunia, E. A. (2023). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Rumah Sakit Tentara Pematang Siantar Tahun 2023. *Elisabeth Health Journal: Jurnal Kesehatan*, 8(1), 76–81.
- Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 1(3), 112–117. <https://doi.org/10.53770/amhj.v1i3.11>
- Xu, L., Gao, Z., He, M., & Yang, M. (2024). Effectiveness of the knowledge, attitude, practice intervention model in the management of hypertension in the elderly. *The Journal of Clinical Hypertension*, 26(5), 465–473. <https://doi.org/10.1111/jch.14770>