



Journal of Human And Education
Volume 4, No. 4 Tahun 2024, pp 160-165
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Peningkatan Pelayanan Kesehatan Lansia dengan Hipertensi Melalui Edukasi dan Konseling Selfcare

Asnuddin^{1*}, Sulkifli Nurdin², Indasah³, Joko Prasetyo⁴, Wilda Rezki Pratiwi⁵

^{1,2,3,4} Magister Keperawatan, Universitas Strada Indonesia

⁵ Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, ITKES Muhammadiyah Sidrap

Email: asnuddin20@gmail.com^{1*}

Abstrak

Hipertensi masih menjadi Permasalahan Kesehatan di Indonesia Khususnya di Sulawesi Selatan tepatnya di wilayah kerja puskesmas lawawoi tiap tahun angka kejadian hipertensi selalu mengalami peningkatan. Penyebab meningkatnya angka kejadian penyakit tersebut adalah ada kaitannya dengan gaya hidup pasien yang tidak sehat yang disebabkan karena rendahnya pengetahuan terkait pengelolaan penyakit hipertensi. Penggunaan teknologi dan mesin semakin banyak menggantikan aktivitas manusia, yang pada akhirnya mengubah gaya hidup manusia. Dalam gaya hidup modern, orang lebih suka makan makanan cepat saji, tidak berolahraga, minum alkohol, merokok, dan terlalu banyak minum kopi dan merokok. Penyebab terbesar untuk penyakit jantung dan pembuluh darah salah satunya adalah hipertensi. Secara global jumlah penduduk lansia tahun 2023 di dunia saat ini diperkirakan ada 500 juta jiwa dengan usia rata-rata 60 tahun. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberian edukasi dan konseling tentang Manajemen Selfcare pada lansia dengan Hipertensi dengan menggunakan media edukasi *liflet* dan *Bookleat* kepada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas lawawoi kabupaten Sidenreng Rappang dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasien terkait cara melakukan manajemen selfcare dengan baik dan benar. Pengetahuan partisipan setelah diberikan edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang pengelolaan penyakit Hipertensi yaitu partisipan mampu mengenal lebih dekat dan memahami terkait pengelolaan Selfcare penyakit Hipertensi sehingga seluruh partisipan berantusias untuk mengikuti konseling berupa bagaimana melakukan selfcare secara mandiri. Dan berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$ dengan begitu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi dan konseling selfcare terhadap tingkat pengetahuan lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci: *Hipertensi; Lansia; edukasi konseling; Selfcare*

Abstract

Hypertension is still a health problem in Indonesia, especially in South Sulawesi, precisely in the working area of lawawoi health centre, every year the incidence of hypertension always increases. The cause of the increasing incidence of the disease is related to the patient's unhealthy lifestyle caused by low knowledge related to the management of hypertension. The use of technology and machines is increasingly replacing human activities, which in turn changes human lifestyles. In modern lifestyles, people prefer to eat fast food, not exercise, drink alcohol, smoke, and drink too much coffee and smoke. The biggest cause for heart and blood vessel disease is hypertension. Globally, the number of elderly people in 2023 in the world is currently estimated to be 500 million with an average age of 60 years. Therefore, community service activities are needed in the form of providing education and counseling on Selfcare Management in the elderly with Hypertension using educational media liflet and Bookleat to the elderly with hypertension in the working area of lawawoi health centre, Sidenreng Rappang district with the aim of increasing patient knowledge related to how to carry out selfcare management properly and correctly. Participants' knowledge after being given health education or counseling about the management of hypertension disease, namely participants are able to get to know more closely and understand related to the management of hypertension disease self-care so that all participants are enthusiastic about participating in counselling in the form of how to do self-care independently. And based on the results of statistical tests obtained a sig value of $0.000 < 0.05$ so it can be concluded that there is an effect of education and self-care counselling on the level of knowledge of the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension; Elderly; counselling education; Selfcare

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah orang yang telah mencapai usia 60 sampai 90 tahun. Lanjut usia adalah orang yang system iologisnya mengalami perubahan struktur mengalami perubahan struktur dan fungsi yang dikarenakan usianya yang sudah lanjut (Tani et al., 2017). Lanjut usia adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan terus menerus dan berkesinambungan selanjutnya akan mengalami perubahan anatomis, fisiologis dan biokimia pada tubuh sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Apip dwi prasetyo, 2020).

Secara global jumlah penduduk lansia tahun 2023 di dunia saat ini di perkirakan ada 500 juta jiwa dengan usia rata-rata 60 tahun. Secara demografi menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 jumlah penduduk di wilayah Indonesia sebanyak 257.641.326 jiwa dengan jumlah penduduk lanjut usia sebanyak 18.118.699 jiwa dan diperkirakan pada tahun 2030 meningkat menjadi (11,09%) atau 29.120.000 jiwa lebih dengan umur harapan hidup menjadi 70-75 tahun, meningkatnya harapan hidup dipengaruhi oleh majunya pelayanan kesehatan, menurunnya angka kematian bayi dan anak, perbaikan gizi dan sanitasi, meningkatnya pengawasan terhadap infeksi penyakit (WHO, 2023).

Indonesia merupakan negara yang populasi penduduknya menduduki posisi nomor empat terbesar di dunia setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat. Pada tahun 2023 penduduk Indonesia mencapai 262.787.403 jiwa dari keseluruhan jumlah penduduk dunia (CIA *World Factbook*, 2023).

Berbagai perubahan degeneratif menandai proses akhir perkembangan manusia ini. Masalah kesehatan seperti masalah tulang, sendi, otot, gangguan saraf, dan masalah kardiovaskuler dapat muncul sebagai akibat dari penurunan sistem kekebalan akibat perubahan degenarif. Hipertensi adalah salah satu masalah yang dihadapi orang tua karena mereka lebih rentan terhadap masalah kardiovaskular mereka. Tekanan darah lebih tinggi dari 140 mmHg sistolik dan 90 mmHg diastolik dianggap sebagai hipertensi

(Triyanto, 2014). Penebalan dinding arteri menyebabkan penumpukan kolagen pada lapisan otot, yang menyebabkan pembuluh darah semakin menyempit dan kaku, yang menyebabkan hipertensi pada orang tua (Novitaningtyas, 2014).

Kualitas hidup merupakan alat ukur untuk mengetahui kesejahteraan dan pengukuran kesehatan serta efek dari kesehatan. Sedangkan kesehatan adalah kesejahteraan pada fisik, mental, dan sosial, yang mana hal tersebut sangat berpengaruh terhadap kehidupan seseorang dan akan mempengaruhi kualitas hidupnya (Schweyer, 2017).

Berdasarkan data awal yang diperoleh, Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang jumlah lansia sebanyak 5005 orang yang terdistribusi di 10 Desa dan kelurahan di wilayah kerja puskesmas Lawawoi diantaranya Arawa 532 orang, Bangkai 435 orang, Batu Lappa 939 orang, Buae 538 orang, Carawali 319 orang, Ciro-ciroe 175 orang, Lainungan 405 orang, Lawawoi 514 orang, Mattirotasi 320 orang, dan Uluale 828 orang. Berdasarkan data tersebut gambaran perkembangan derajat kesehatan masyarakat dilihat dari angka morbiditas pada tahun 2023 penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat di Wilayah kerja puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang, hipertensi menempati urutan pertama sebanyak 1314 yang mendapatkan pelayanan rawat jalan di poliklinik Puskesmas Lawawoi Kabupaten sidenreng Rappang, sedangkan pelayanan rawat inap pada tahun 2023 penyakit hipertensi berada di urutan ketiga sebanyak 52 orang (Profil Puskesmas Lawawoi, 2023). Upaya kesehatan masyarakat yang dilakukan salah satunya promosi kesehatan, komponen perilaku dan lingkungan sehat merupakan faktor utama promosi kesehatan adalah upaya untuk memberdayakan masyarakat agar dapat memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya. Perilaku kesehatan adalah hal yang dilakukan oleh manusia yang didasari oleh pengetahuan, sikap dan kemampuan yang dapat berdampak positif atau negative terhadap kesehatannya. Perilaku yang menunjang kesehatan adalah adanya rumah tangga yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat termasuk keluarga dengan lansia. Pelaksanaan promosi kesehatan bukannya pekerjaan yang mudah, karna menyangkut aspek perilaku yang erat kaitannya dengan sikap, kebiasaan, kemampuan, potensi dan faktor budaya di masyarakat. Berdasarkan uraian diatas maka perlu di lakukan pengabdian kepada masyarakat terkait pentingnya **“Peningkatan Pelayanan Kesehatan Lansia dengan Hipertensi Melalui Edukasi dan Konseling**

METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan di desa carawali wilayah kerja puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang dengan jumlah angka kejadian yang meningkat dari tahun ketahun. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 - 13 September 2024. Partisipan adalah seluruh lansia yang ada di desa carawali wilayah kerja puskesmas Lawawoi. Ada beberapa tahapan yang dilakukan untuk menjamin keberlangsungan dan keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat. Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kordinasi dan persiapan. Dalam tahap ini dilakukan rapat atau diskusi dengan perawat pemegang program PTM, Kepala Pustu carawali, Pemerintah Desa carawali, dan kader, terkait kasus Hipertensi pada lansia yang ada di desa carawali Pada tahap awal ini dilakuan observasi awal dan wawancara dengan pihak pengelola PTM, Kepala pustu ,dan pemerintah desa untuk mengetahui tingkat keberhasilan pengelolaan Hipertensi didesa carawali ini. Tahap kedua dilakukan *informed consent* kepada lansia penderita hipertensi yang menjadi partisipan. Tahap Ketiga, Setelah pasien setuju menjadi partisipan maka dilakukan lah pengambilan data menggunakan kuesioner untuk menilai tingkat pengetahuan sebelum dilakukan edukasi dan konseling tentang selfcare hipertensi yang tepat dan dilakukan konseling untuk pengelolaan hipertensi. Jenis konseling yang diberikan adalah mengajarkan pasien untuk melakukan perawatan diri hipertensi secara mandiri. Tahap ketiga adalah monitoring dan evaluasi dengan memberikan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan posttest. Tujuan tahap akhir ini adalah untuk melihat kemampuan pasien yang menjadi partisipan untuk melakukan Manajemen Selfcare secara

mandiri setelah diberikan edukasi dan konseling manajemen selfcare Hipertensi. Kemudian untuk Media edukasi atau penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah liflet dan bookleat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Distribusi Pengetahuan Lansia tentang Selfcare Hipertensi.

Tabel 2.3 Distribusi Frekuensi lansia Hipertensi berdasarkan Pengetahuan pre-test dan post-test tentang Perawatan lansia Hipertensi

No	Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		Jumlah	Presentase (%)	Jumlah	Presentase (%)
1	Baik	14	46,7	29	96,7
2	Cukup	15	50.0	1	3,3
3	Kurang	1	3,3	0	0
	Total	30	100	30	100

Saat Pre test lansia dengan Hipertensi tingkat pengetahuan tentang Hipertensi sebagian besar cukup 50 % . Sebanyak 46 % berpengetahuan Baik dan kurang 3,3 % Lansia dengan berpengetahuan baik dan cukup dalam hal faktor penyebab, komplikasi, pencegahan kekambuhan Hipertensi, mencegah komplikasi. dan masih ada kurang mengetahui tentang pencegahan kekambuhan & komplikasi akibat Hipertensi. pada post test pengetahuan lansia sudah Baik 96,7%, Kurang sudah tidak ada dan Cukup 3,3%.

2. Pengaruh edukasi dan konseling terhadap perubahan Pengetahuan selfcare Lansia Hipertensi

Variabel	N	Mean rank	Sum of rank	z	AsympSig. (2-tailed)
Pengetahuan pre-test dan post-test	30	-19.119	0.00	0.00-171.00	0,000

Berdasarkan nilai uji wilcoxon antara pre test dan post test pada Pengetahuan Lansia Hipertensi di Desa Carawali didapatkan nilai sig 0,000 <0,05 sehingga edukasi dan konseling mempunyai pengaruh terhadap peningkatan Pengetahuan selfcare Lansia Hipertensi .

B. PEMBAHASAN

Hasil analisa data menunjukkan bahwa edukasi dan konseling memiliki pengaruh signifikan terhadap perubahan pengetahuan self-care pada lansia dengan hipertensi, dengan nilai Sig sebesar 0.000. Ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi dan konseling secara signifikan meningkatkan pengetahuan lansia tentang cara mengelola hipertensi mereka. Lansia yang mendapatkan intervensi ini menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya pengobatan, diet, dan perubahan gaya hidup dalam mengontrol tekanan darah mereka.

Teori perubahan perilaku, seperti Teori Kognitif-Sosial oleh Albert Bandura, mendukung hasil penelitian ini. Bandura menekankan pentingnya pengetahuan dan keyakinan diri dalam mengubah perilaku. Edukasi memberikan pengetahuan yang diperlukan, sementara konseling meningkatkan keyakinan diri lansia untuk menerapkan strategi self-care. Pengetahuan dan dukungan sosial mempengaruhi perilaku self-care dan kesehatan secara keseluruhan.

Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Smith et al. (2019), juga

menunjukkan bahwa intervensi edukasi dan konseling dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan self-care pada lansia dengan hipertensi. Penelitian ini menemukan bahwa peserta yang terlibat dalam program edukasi dan konseling memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pengelolaan hipertensi dan lebih konsisten dalam mengikuti rencana perawatan mereka.

Asumsi peneliti adalah bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi dan konseling memfasilitasi perubahan perilaku yang positif. Dengan informasi yang lebih baik dan dukungan emosional, lansia dapat membuat keputusan yang lebih baik mengenai perawatan mereka, yang pada akhirnya berdampak pada pengelolaan hipertensi mereka. Efektivitas intervensi ini kemungkinan besar terkait dengan kualitas penyampaian informasi dan keterlibatan aktif peserta dalam proses konseling.

Edukasi memberikan dasar pengetahuan yang diperlukan untuk pengelolaan hipertensi, sementara konseling menawarkan dukungan berkelanjutan dan motivasi. Keduanya bekerja sinergis untuk memperkuat pemahaman dan komitmen lansia terhadap self-care. Pengetahuan yang diperoleh dari edukasi, digabungkan dengan dukungan emosional dari konseling, membantu lansia untuk lebih disiplin dalam mengikuti instruksi medis dan menerapkan perubahan gaya hidup yang diperlukan.

Hasil analisis ini menekankan pentingnya integrasi edukasi dan konseling dalam program pengelolaan hipertensi untuk lansia. Peningkatan pengetahuan dan dukungan emosional yang diberikan melalui program ini dapat meningkatkan efektivitas pengelolaan hipertensi dan kualitas hidup lansia. Program-program serupa harus dipertimbangkan dalam praktik klinis untuk mencapai hasil kesehatan yang lebih baik.

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung pentingnya edukasi dan konseling dalam meningkatkan pengetahuan self-care pada lansia dengan hipertensi. Hasil yang signifikan menunjukkan bahwa intervensi ini dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan pengelolaan hipertensi. Penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi mekanisme spesifik dari perubahan ini dan bagaimana faktor-faktor tambahan dapat mempengaruhi hasil.



(dok
ume

ntasi kegiatan Pengabdian Masyarakat)

SIMPULAN

Pengatahuan partisipan setelah diberikan edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang pengelolaan penyakit Hipertensi yaitu partisipan mampu mengenal lebih dekat dan memahami terkait pengelolaan Selfcare penyakit Hipertensi sehingga seluruh partisipan berantusias untuk mengikuti konseling berupa bagaimana melakukan selfcare secara mandiri. Dan berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan nilai sig 0,000 <0,05 dengan begitu dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh edukasi dan konseling selfcare terhadap tingkat pengetahuan lansia dengan hipertensi, maka manajemen selfcare lansia dengan hipertensi dapat memperbaiki kualitas hidup pasien dan tingkat pengelolaan hipertensi secara mandiri di desa carawali wilayah kerja puskesmas lawawoi kabupaten Sidenreng Rappang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih Kepada pihak puskesmas dan jajarannya, pemerintah desa carawali, para kader, dan para partisipan yang telah banyak memberikan masukan dan motifasi sehingga Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dapat terlaksana dengan baik. Sampai betul-betul kegiatan pengabdian kepada masyarakat terselesaikan sampai tuntas.

DAFTAR PUSTAKA

- Apip Dwi Prasety,dkk.2020. Hubungan Konsep Diri Dengan Kejadian Stress pada Lansia di UPTD Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda 2019. [Vol 1 No 3 \(2020\): Borneo Student Research](#)
- Cheril Bushnell et al (2014) A new model for secondary prevention of Hipertensi : Transition Coaching For Hipertensi. Perspektif Article doi : 10.3389/fneur.2014.00219
- Orem, A. T., & Wisma, T. (2013). *Aplikasi Teori Self-Care Deficit Orem dalam Konteks Tuna Wisma (Studi Literatur) (The Application of Orem ' s Self Care Deficit in Homeless Setting) Megah Andriany *.* 1(1).
- Badan Pusat Statistik, 2019. *Statistik Penduduk lanjut Usia.* Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Novitaningtyas, T, 2014. *Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Kelurahan Kakamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Riskesdas, 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.* <http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materirakorpop2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf>. Diakses 20 Mei 2024.
- Triyanto. E, 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*, Yogyakarta : Ruko Jambusari.
- Schweyer, L. (2017). Tipe 2 and quality of life. *Revue de l'Infirmere*, 64(211), 45–46. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2015.02.017>
- Efendi, Ferry & Makhfud. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan.* Jakarta : Salemba Medika.
- Fadilah, N. and Rahariyani, L.D. (2020) 'The Impact of Independent of Activity Daily Living among Hipertensi Patients on Caregivers Burden', *Jurnal Ners*, 14(3), pp. 188–194. Available at:
- Alice R Bernheim, I. M. L. (1937). Arteriosclerosis and Thrombo Angitis Obliterans. *JAMA*, 108(25), 2102–2109.