

Sosialisasi Tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan

Mido Ester J. Sitorus¹, Donal Nababan², Henny Arwina Bangun³

^{1,2,3}Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

Jl. Kapten Muslim, No.79, Kec. Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara 20222

e-mail: midoester2211@gmail.com

Abstract

WHO states that adolescents are a group of people who are 10–19 years old and unmarried. Riskesdas 2007 stated that in Indonesia, the age of adolescence is very large where the percentage shows 27% of the total population of Indonesia. According to the 2010 Indonesian population census, it shows that this age group is 30 percent of the population in Indonesia. The teenage population increased from 35 million in 1980 to more than 42.4 million in 2010. Hypertension that is not managed properly will continue in other cardio and vascular diseases that have an impact on death. It requires the control of hypertension through active community participation or empowerment of health cadres. This empowerment is carried out in the Community-Sourced Health Efforts (UKBM) of the Parikesit Youth Posyandu. This community service activity aims to train adolescent cadres to have knowledge and skills about hypertension. This empowerment activity is carried out by providing education about hypertension to adolescent cadres or known as parikesit, training cadres using digital spigmometers to measure blood pressure, and teaching how to fill out hypertension report cards. The method used in this community service consists of interactive discussions and demonstrations. This community service will be carried out in November 2022. The place of this community service activity is at the Posyandu Terompet Pintusona Village, Pangururan district. Based on the results of the pre-survey, it turns out that the Youth Posyandu in Pintusona Village, Pangururan district, is not running as it should at this time, there are many teenagers who can get information about hypertension either through social media, such as Facebook, YouTube, Instagram, Whatsapp, Twitter, line or training from village midwives or the local health office.

Key Word : Socialization, Hypertension, training, youth posyandu

Abstrak

WHO mengemukakan bahwa remaja merupakan kelompok manusia yang memiliki usia 10–19 tahun dan belum menikah. Riskesdas 2007 menyebutkan bahwa di Indonesia usia remaja sangat besar jumlahnya dimana persentase menunjukkan angka 27% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia. Menurut sensus penduduk Indonesia tahun 2010, menunjukkan bahwa kelompok usia tersebut sebesar 30 persen dari populasi penduduk di Indonesia. Penduduk remaja jumlahnya meningkat dari 35 juta pada tahun 1980 menjadi lebih dari 42,4 juta tahun 2010. Hipertensi yang tidak dikelola dengan baik akan berlanjut pada penyakit kardio maupun vaskuler lainnya yang memberikan dampak pada kematian. Diperlukan pengendalian hipertensi melalui partisipasi aktif masyarakat atau pemberdayaan kader kesehatan. Pemberdayaan ini dilakukan dalam Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) Posyandu Remaja Parikesit. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melatih kader remaja agar mempunyai pengetahuan dan keterampilan tentang hipertensi. Kegiatan pemberdayaan ini dilakukan

dengan memberikan edukasi tentang hipertensi kepada kader remaja atau dikenal dengan parikesit, melatih kader menggunakan spigmometer digital agar dapat mengukur tekanan darah, dan mengajarkan cara mengisi buku raport hipertensi. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari diskusi interaktif dan demonstrasi. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan November tahun 2022 Tempat kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah di Posyandu Terompet Kelurahan Pintusona kecamatan Pangururan. Berdasarkan hasil pra survey di ternyata Posyandu Remaja di Kelurahan Pintusona kecamatan Pangururan tidak berjalan sebagaimana mestinya pada hal saat ini banyak sekali remaja yang bisa mendapatkan informasi mengenai hipertensi baik melalui media social misalnya facebook, youtube, Instagram, whatsapp, twitter, line maupun pelatihan dari bidan desa atau dinas Kesehatan setempat.

Kata kunci : Sosialisasi, Hipertensi, pelatihan, posyandu remaja

PENDAHULUAN

WHO mengemukakan bahwa remaja merupakan kelompok manusia yang berusia 10–19 tahun dan belum menikah (Depkes RI, 2003). Risesdas 2007 menyebutkan bahwa di Indonesia usia remaja sangat besar jumlahnya dimana persentase menunjukkan angka 27% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia. Menurut sensus penduduk Indonesia tahun 2010, menunjukkan bahwa kelompok usia tersebut sebesar 30 persen dari populasi penduduk di Indonesia. Penduduk remaja jumlahnya meningkat dari 35 juta pada tahun 1980 menjadi lebih dari 42,4 juta tahun 2010 (BPS 2010).

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan masalah kesehatan utama di negara-negara maju. Berdasarkan data WHO (2013), pada tahun 2008 angka kematian Penyakit Tidak Menular (PTM) di Indonesia mencapai 647 per 100.000 penduduk. Menurut Kemenkes RI (2012), pada tahun 2008 di Indonesia terdapat 582.300 laki-laki dan 481.700 perempuan meninggal karena PTM.

Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Hal ini

menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Selain faktor tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang terkena hipertensi yaitu masih kurangnya pengetahuan dan sikap mengenai hipertensi. Hasil penelitian membuktikan ada hubungan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan pengendalian tekanan darah, responden dengan tingkat pengetahuan baik tentang hipertensi umumnya tekanan darahnya terkendali, sedangkan responden yang mempunyai tingkat pengetahuan tidak baik mengenai hipertensi umumnya tekanan darahnya tidak terkendali (Wulansari, Ichsan and Usdiana, 2013). Oleh karena itu perlu dilakukan pencegahan dengan melakukan pengukuran tekanan darah secara rutin. Salah satunya dengan melakukan pengukuran tanda vital.

Vital sign atau tanda vital adalah suatu tanda yang sifatnya objektif yang dapat berubah setiap saat yang mencerminkan kondisi tubuh yang terdiri dari tekanan darah, respirasi, nadi, suhu tubuh. Pemeriksaan tanda vital

merupakan suatu cara untuk mendeteksi adanya perubahan sistem tubuh. Pemeriksaan vital sign berguna dalam mendeteksi atau pemantauan masalah kesehatan. Pemeriksaan vital sign perlu dilakukan secara berulang dan terus dievaluasi untuk mengetahui perkembangan penyakit karena pemeriksaan ini merupakan cara yang cepat dan efisien untuk memantau kondisi dan mengidentifikasi masalah dan mengevaluasi respon seseorang terhadap intervensi teknik dasar. Tanda-tanda vital adalah indikator kondisi kesehatan seseorang dan jaminan fungsi sirkulasi, pernapasan, saraf, dan endokrin yang tepat. Tanda-tanda vital adalah mekanisme untuk mengkomunikasikan secara universal kondisi dan keparahan penyakit pasien. (Potter, 2011), (Chester, 2011).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melatih kader remaja agar mempunyai pengetahuan dan keterampilan tentang hipertensi. Berdasarkan hasil pra survey di ternyata Posyandu Remaja di Kelurahan Pintusona kecamatan Pangururan tidak berjalan sebagaimana mestinya pada hal saat ini banyak sekali remaja yang bisa mendapatkan informasi mengenai hipertensi baik melalui media social misalnya facebook, youtube, Instagram, whatsapp, twitter line maupun pelatihan dari bidan desa atau dinas Kesehatan setempat. Maka dari itu kami tim pelaksana pengabdian masyarakat datang menjelaskan kepada kader posyandu bahwa apakah yang dimaksud dengan Hipertensi itu ?

Tujuan Umum

Untuk Mensosialisasi Tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja di Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan agar para kader dapat melakukan pemantauan secara berkala untuk mengetahui status kesehatan dalam hal ini tekanan darah warga Kelurahan Tomang dan dapat melakukan upaya-upaya lanjut untuk mencegah insiden hipertensi dan komplikasinya.

Tujuan Khusus

1. Apa pengertian dari Hipertensi?
2. Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi?
3. Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi?
4. Apa saja dampak buruk dari hipertensi?

Solusi Permasalahan Mitra

Solusi

Sosialisasi tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja di Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan Kabupaten Samosir Tahun 2022 dengan menjelaskan hal-hal sebagai berikut, yaitu :

1. Apa pengertian dari Hipertensi?
2. Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi?
3. Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi?
4. Apa saja dampak buruk dari hipertensi?

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pengukuran tekanan darah yang ditujukan bagi kader PKK dan remaja Kelurahan Pintu Sona Kecamatan Pangururan. Diharapkan melalui kegiatan ini, para kader dapat melakukan pemantauan secara berkala untuk mengetahui status kesehatan dalam hal ini tekanan darah warga Kelurahan Pintu Sona Kecamatan Pangururan dan dapat melakukan upaya-upaya lanjut untuk

mencegah insiden hipertensi dan komplikasinya.

Target

1. Memberikan edukasi mengenai pemeriksaan tanda-tanda vital kepada para kader posyandu remaja Kelurahan Pintu Sona Kecamatan Pangururan
2. Memberikan pelatihan pemeriksaan tekanan darah pada kader posyandu remaja Kelurahan Pintu Sona Kecamatan Pangururan
3. Peningkatan kepedulian para dosen, karyawan dan mahasiswa mengenai pengabdian masyarakat
4. Meningkatkan wawasan dan status kesehatan kader posyandu remaja di kelurahan Pintu Sona Kecamatan Pangururan
5. Dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini secara rutin
6. Dengan adanya sosialisasi tentang Penyakit hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja

METODE PELAKSANAAN

Sasaran Kegiatan

Dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi tentang Penyakit hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan yang menjadi sasaran kegiatan adalah sebanyak 20 orang. Adapun yang akan menjadi peserta pemberdayaan masyarakat ini adalah remaja yang Berdomisili di Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi tentang Penyakit hipertensi Pada Kader Posyandu

Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan dilakukan dengan metode

- a. Pemaparan materi, tentang pengobatan dan pencegahan hipertensi dan upaya-upaya lanjut untuk mencegah insiden hipertensi dan komplikasinya.
- b. Penyuluhan tentang Hipertensi, cara pencegahan, gejala-gejala hipertensi, serta pengobatannya.
- c. Pembagian Leaflet.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan November-Desember tahun 2022, Tempat kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah di Posyandu Terompet Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan.

Metode Evaluasi Kegiatan

Evaluasi pelaksanaan kegiatan Sosialisasi tentang Penyakit Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja di Posyandu Terompet Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan dengan metode sosialisasi dan pemaparan materi tentang penyakit hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan Sosialisasi tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan yang sudah disetujui oleh Lurah Kelurahan Pintusona Bapak Gudson Sinurat, SKM dengan agenda acara sebagai berikut :

Tabel 1. Agenda Acara Sosialisasi tentang tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan dan yang menjadi sasaran pada kegiatan ini adalah Anak Remaja yang akan menjadi Kader.

Hari/Tanggal	Materi	Waktu
Senin/21 November 2022	Bagian I : Sesi I : Pembukaan oleh Pembawa Acara, Kata Sambutan dari Bapak Gudson Sinurat, SKM dan laporan dari panitia Sesi II : Orientasi ke ruangan Anak remaja pria dan wanita	08.00 s/d 12.30 WIB
Selasa/22 November 2022	Bagian II : Sesi I : Pre Test Sesi II. Penyampaian Materi dari TIM yang berjudul Sosialisasi Tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan	
Rabu/23 November 2022	Sesi I : Post Test Sesi II : Penutup dan Foto bersama	

Pembahasan

Secara Keseluruhan Kegiatan Berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan. Semua pihak dapat bekerjasama dengan baik. Para peserta sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam seluruh kegiatan.

Bagian I. Sosialisasi tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan.

Sei I : Pembukaan oleh Pembawa Acara Betalina Pakpahan, Kata Sambutan dari Kartini Kristina Sinaga dan laporan dari panitia

Sesi II : Orientasi ke ruangan Anak remaja pria dan wanita

Pre Test. Pada sesi ini dibagikan lembar soal yang terkait dengan tentang Apa pengertian dari Hipertensi, Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi, Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi.

Dan apa saja dampak buruk dari Hipertensi sebanyak 10 (sepuluh) soal untuk melihat sejauh mana pengetahuan kader posyandu remaja tentang hipertensi. Diperoleh hasil yang belum memadai, yaitu dari 20 orang peserta, yang mendapat nilai diatas 60 hanya 15 orang.

Sesi III : Pemaparan Materi Dari Para Narasumber. Pada Sesi II ini, ada 1 narasumber yang berbagai informasi dan memberikan motivasi tentang tentang Apa pengertian dari Hipertensi, Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi, Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi dan Apa saja dampak buruk dari Hipertensi yaitu : Besnita Sianturi

Sesi IV : Tanya Jawab. Pada Sesi V ini, peserta diberi kesempatan untuk bertanya jawab dengan ketiga narasumber. Sesi ini dipandu oleh moderator Verawati Sitohang
Pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan adalah terkait pengertian dari Hipertensi, Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi, Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi dan Apa saja dampak buruk dari Hipertensi.

Luaran Yang Dicapai

Luaran yang diharapkan melalui pengabdian masyarakat ini adalah capaian 100% dari peserta kegiatan agar dapat mensosialisasikan pencegahan yang tepat

kepada remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan, Kabupaten Samosir dapat menerapkan perilaku yang benar, dan dapat terhindar dari hipertensi.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil bahwa pengetahuan dan keterampilan kader remaja pada konsep hipertensi dan pengukuran tekanan darah meningkat setelah diberikan pelatihan. Oleh karenanya dibutuhkan dukungan dari tokoh masyarakat setempat dan puskesmas kalasan baik secara anggaran maupun pendampingan untuk mengaplikasikannya pada semua kelompok umur di masyarakat baik pada kelompok sehat, berisiko, maupun yang sudah menderita hipertensi sehingga pengendalian hipertensi bisa dicapai.

Berdasarkan ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil bahwa pengetahuan dan keterampilan kader remaja pada konsep hipertensi dan pengukuran tekanan darah meningkat setelah diberikan pelatihan. Oleh karenanya dibutuhkan dukungan dari tokoh masyarakat setempat dan puskesmas kalasan baik secara anggaran maupun pendampingan untuk mengaplikasikannya pada semua kelompok umur di masyarakat baik pada kelompok sehat, berisiko, maupun yang sudah menderita hipertensi sehingga pengendalian hipertensi bisa dicapai.

Berdasarkan ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil bahwa pengetahuan dan keterampilan kader remaja pada konsep hipertensi dan pengukuran tekanan darah meningkat setelah diberikan pelatihan. Oleh karenanya dibutuhkan dukungan dari tokoh masyarakat setempat dan puskesmas kalasan baik secara anggaran maupun pendampingan untuk

mengaplikasikannya pada semua kelompok umur di masyarakat baik pada kelompok sehat, berisiko, maupun yang sudah menderita hipertensi sehingga pengendalian hipertensi bisa dicapai.

Dengan dilaksanakannya kegiatan Sosialisasi tentang Hipertensi Pada Kader Posyandu Remaja Kelurahan Pintusona Kecamatan Pangururan, maka seluruh remaja mengetahui tentang pengertian dari hipertensi, Apa saja faktor faktor penyebab hipertensi, Siapa saja yang bisa terkena Hipertensi dan Apa saja dampak buruk dari Hipertensi secara umum.

Berdasarkan ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil bahwa pengetahuan dan keterampilan kader remaja pada konsep hipertensi dan pengukuran tekanan darah meningkat setelah diberikan sosialisasi.

Saran

1. Dilakukan sosialisasi yang berkelanjutan dengan mitra langsung menstimulasi pengukuran tekanan darah dan penilaian terhadap pengetahuan tekanan darah.
2. Kader posyandu remaja diharapkan lebih meningkatkan pengetahuannya dan bisa mensosialisasikan kepada semua remaja yang lain yang belum dapat pengetahuan tentang hipertensi .

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Rektor USM-Indonesia, Ibu Dr. Ivan Elisabeth Purba, M.Kes.
2. Dekan Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, Bapak Heri enjang Syahputra, SE.,M.Ak
3. Bapak Ibu Kaprodi di bawah pengelolaan Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial USM-Indonesia

4. Mahasiswa-Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan ilmu Sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Kemenkes RI. 2012. Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

Potter PA, Perry AG. Fundamentos de enfermagem. 7^a ed. Rio de Janeiro (RJ): Elsevier; 2011. [Links]

Chester JG, Rudolph JL. Vital signs in older patients: age-related changes. J Am Med Dir Assoc. 2011 Jun; 12(5):337-43.

WHO. 2013. World Health Statistic 2013. Geneva : WHO Press

BPS. 2010. "Sensus Penduduk Indonesia 2010 Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat.

<http://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.htm>. Diakses tanggal 16 Juli 2019

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) Hipertensi. Jakarta: Pusat Data dan Informasi

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. doi: 10.1177/109019817400200403. Diakses tanggal 16 Juli 2019

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia and Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) Sebagian Besar Penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya. Available at: <http://www.depkes.go.id/pdf.php?id=17051800002>. Diakses 16 Juli 2019

Fitria, W. D. and Candrasari, A. (2010) 'Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia Dukuh Gantungan Desa Makamhaji Kartasura Sukoharjo', Warta, 13, pp. 28-36.

Wulansari, J., Ichsan, B. and Usdiana, D. (2013) 'Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik

Penyakit Dalam RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA', Biomedika, 5(1), pp. 17-22.

Chobanian, A.V., dkk. 2003. "Seventh report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure" dalam Hypertension. Volume 42 (6), 1206-1252. Diakses melalui <https://doi.org/10.1161/01.HYP.0000107251.49515.c2>.

Dokumentasi Saat Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

