

## EDUKASI PEMBERDAYAAN KADER DAN MASYARAKAT DALAM PENINGKATAN *SELF MANAGEMENT* PENGETAHUAN PENGOBATAN HIPERTENSI

Selly Septi Fandinata<sup>1\*</sup>, Eziah Ika Lubada<sup>2</sup>, Rizky Darmawan<sup>3</sup>  
Akademi Farmasi Surabaya<sup>1,2,3</sup>

Email<sup>1</sup>: [sellyfandinata@akfarsurabaya.ac.id](mailto:sellyfandinata@akfarsurabaya.ac.id)

Email<sup>2</sup>: [eziah.ika@akfarsurabaya.ac.id](mailto:eziah.ika@akfarsurabaya.ac.id)

Email<sup>3</sup>: [rizkydarmawan@akfarsurabaya.ac.id](mailto:rizkydarmawan@akfarsurabaya.ac.id)

### ABSTRAK

Pengobatan penyakit hipertensi merupakan hal penting karena hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan sehingga harus selalu terkontrolkan atau dikendalikan. Dukungan dan motivasi penting dilakukan oleh berbagai pihak salah satunya adalah kader posyandu lansia dalam melaksanakan manajemen hipertensi. Tujuan Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini untuk memberikan edukasi pemberdayaan kader dan masyarakat dalam *Self Management* Pengetahuan Pengobatan Hipertensi yang dilakukan di Balai RW 7 Jalan Dukuh Kupang gang Lebar no 46 Dukuh Pakis Surabaya yang dihadiri 40 peserta. Metode kegiatan ini dengan memberikan penyuluhan berupa *audiovisual powerpoint* dan video berisi materi hipertensi serta kuisioner *pre post* untuk mengukur pengetahuan hipertensi. Hasil Kegiatan ini didapatkan hasil pengukuran pre Tingkat pengetahuan kurang 32 peserta (80%) dan post tingkat pengetahuan tinggi 25 peserta (62.5%) dengan analisa statistika uji wilcoxon p value mendekati  $0.00 < 0.05$  sehingga terdapat perbedaan signifikan terhadap pengetahuan *pre post* pemberian penyuluhan.

**Kata Kunci:** *Self Management*, Kader, Hipertensi

### ABSTRACT

*Treatment of hypertension is important because hypertension is a disease that cannot be cured so it must always be controlled or controlled. Support and motivation are important to be carried out by various parties, one of which is the elderly posyandu cadre in carrying out hypertension management. The purpose of this Community Service Activity is to provide education for the empowerment of cadres and the community in Self Management Knowledge of Hypertension Treatment which was carried out at Balai RW 7 Dukuh Kupang, Surabaya, which was attended by 40 participants. The method of this activity is to provide counseling in the form of audiovisual powerpoints and videos containing hypertension material as well as pre post questionnaires to measure hypertension knowledge. The results of this activity obtained the results of the pre-knowledge level of 32 participants (80%) and post-high knowledge level of 25 participants (62.5%) with statistical analysis of the Wilcoxon test, p value approaching  $0.00 < 0.05$  so that there was a significant difference in knowledge before and after the extension.*

**Keywords:** *Self Management*, Kader, Hypertension.

## **PENDAHULUAN**

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat Indonesia. Hipertensi merupakan peningkatan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (1). Pengobatan penyakit hipertensi merupakan hal penting karena hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan sehingga harus selalu terkontrolkan atau dikendalikan. Di Indonesia jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (2).

Akibat perubahan gaya hidup masyarakat menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi) sehingga PTM seperti Hipertensi menduduki peringkat tertinggi penyebab kesakitan dan kematian di Indonesia. Oleh karena itu, Kementerian Kesehatan RI secara khusus mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) guna mewujudkan Indonesia sehat. Mengenai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup (3).

Tindakan preventif untuk menghindari hipertensi, ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk memotivasi individu sehingga dapat memelihara dan meningkatkan perilaku promosi Kesehatan. Dukungan dan motivasi kepada lansia penting dilakukan oleh berbagai pihak mulai dari keluarga, petugas kesehatan hingga masyarakat (kader posyandu lansia) dalam melaksanakan manajemen hipertensi (4). Keberadaan kader posyandu dapat menjadi kepanjangan tangan dari puskesmas untuk membantu dalam usaha pembangunan kesehatan masyarakat (5). Keberadaan kader sering dikaitkan dengan pelayanan rutin di posyandu (6).

Pembangunan kesehatan promotif menjadi salah satu cara meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat. Keikutsertaan ilmu pendidikan tinggi diharapkan mampu ikut mengembangkan dan meningkatkan program pembangunan masyarakat di berbagai bidang, salah satunya kesehatan. Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi.

Kegiatan yang lazim disebut Pengabdian pada Masyarakat (PKM) ini selayaknya dilakukan tepat sasaran dan layak guna terutama untuk masyarakat sekitar institusi berada (7).

Berdasarkan latar belakang diatas, diperlukan pemberdayaan kader lebih lanjut agar bisa memaksimalkan kesadaran penderita hipertensi untuk Peningkatan edukasi *Self Management* Pengetahuan Pengobatan Hipertensi. Tujuan umum dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman bagi kader dan masyarakat mengenai pengertian hipertensi, klasifikasi, tanda gejala hipertensi, faktor resiko, komplikasi dan pencegahan hipertensi dari segi pola hidup sehat pada penderita hipertensi sehingga terwujud kualitas hidup lansia penderita hipertensi yang lebih baik.

## **METODE**

Penyuluhan diberikan oleh narasumber secara dua arah, menggunakan instrumen audiovisual powerpoint dan video berisi materi hipertensi serta kuisisioner sebelum dan sesudah berisikan sepuluh pertanyaan tentang pengetahuan hipertensi. Sasaran kegiatan ini adalah Kader Posyandu Lansia dan masyarakat RW 7 Jalan Dukuh Kupang hadir dan bersedia mengisi kuisisioner sebelum dan sesudah. Adapun peserta yang hadir berjumlah 40 orang, dan semuanya bersedia mengisi kuisisioner. Waktu pelaksanaan pada hari Minggu, 28 Maret 2022 secara luring di Balai RW 7 Jalan Dukuh Kupang gang Lebar no 46 Kelurahan Dukuh Kupang Kecamatan Dukuh Pakis Surabaya. Materi penyuluhan berisikan pengertian hipertensi, klasifikasi, tanda gejala hipertensi, faktor resiko, komplikasi dan pencegahan hipertensi dari segi pola hidup sehat pada pasien hipertensi sehingga terwujud kualitas hidup lansia penderita hipertensi yang disusun oleh tim dosen dengan merujuk pada sumber ilmiah yang disusun dengan bahasa yang mudah dimengerti masyarakat awam. Kuisisioner uji sebelum dan sesudah berisikan pernyataan persetujuan mengisi kuisisioner, identitas responden, 10 pertanyaan pengetahuan responden terhadap hipertensi. Sepuluh pertanyaan akan menggali pengetahuan mengenai pengertian hipertensi, klasifikasi, tanda gejala hipertensi, faktor resiko, komplikasi dan pencegahan hipertensi dari segi pola hidup sehat pada penderita hipertensi yang dinilai melalui jawaban benar atau salah. Data kemudian dibuat

dalam skala numerik dengan jawaban benar bernilai 1 dan jawaban salah bernilai 0. Peningkatan pengetahuan responden dilihat melalui perubahan persentase hasil kuisioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Data dianalisis menggunakan rumus statistik sederhana untuk menghitung presentase peningkatan pengetahuan

## HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Hari Minggu tanggal 28 Maret 2022 secara luring di Balai RW 7 Jalan Dukuh Kupang gang Lebar no 46 Kelurahan Dukuh Kupang Kecamatan Dukuh Pakis Surabaya yang di hadiri 40 peserta. Kegiatan diawali dengan persiapan peserta kemudian dilanjutkan penyampaian materi pelatihan oleh Narasumber.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Penyerahan Reward Kader dan Peserta terbaik



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Dokumentasi Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil yang diperoleh dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat di dapat data demografi peserta sebagai berikut :

**Tabel 1. Demografi Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

<b>Demografi Peserta</b>	<b>Jumlah (Peserta)</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	5	12.5
Perempuan	35	87.5
<b>Usia (tahun)</b>		
26 – 45 (dewasa awal)	5	12.5
46 – 55 (lansia awal)	15	37.5
56 – 65 (lansia akhir)	15	37.5
>65 (manula)	5	12.5
<b>Kategori Hipertensi (mmHg)</b>		
Normal (<120/80)	9	22.5
Pre Hipertensi (120-139/80-89)	4	10
Hipertensi Stage 1 (140-159/90-99)	14	35
Hipertensi Stage II ( $\geq$ 160/100)	13	32.5
<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 1, hasil analisis deskriptif sosiodemografi dapat dilihat bahwa peserta terbanyak pada jenis kelamin perempuan (35 peserta (87,5%) dengan rentang usia 46 – 65 tahun kategori lansia awal dan akhir sebanyak 30 peserta (75%). Dikaitkan dengan resiko hipertensi, dikarenakan pada perempuan pasca menopause mengalami resiko tinggi untuk hipertensi (8). Menopause pada perempuan biasa terjadi pada rentang usia 40-55 tahun. Usia rerata menopause pada perempuan adalah 47 tahun (9). Perempuan yang belum menopause memiliki hormone estrogen yang lebih tinggi yang mempunyai fungsi meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL). Apabila HDL lebih rendah dari Low Desity Protein (LDL) maka akan mempengaruhi untuk terbentuknya proses aterosklerosis yang dapat meningkatkan tekanan darah selain itu kadar estrogen yang rendah juga dapat meningkatkan kekentalan darah yang dapat menyebabkan resiko penyakit jantung (10).

Berdasarkan frekuensi kategori tekanan darah sistolik dan diastolik pada peserta kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan mayoritas peserta memiliki

nilai tekanan darah sistolik dan diastolik pada Hipertensi stage I sebesar 14 peserta (35%) kemudian diikuti dengan hipertensi stage 2 sebesar 13 peserta (32,5 %). Sehingga kegiatan pemberdayaan kader ini harus dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan capaian target terwujud kualitas hidup lansia hipertensi yang lebih baik.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan hipertensi yang diukur pre yaitu sebelum peserta mendapat materi tentang hipertensi dan post sesudah peserta mendapatkan materi. Data hasil tingkat pengetahuan hipertensi dapat dilihat pada table 2.

**Tabel 2. Hasil Tingkat Pengetahuan Hipertensi**

Tingkat Pengetahuan	Jumlah (Pasien)	
	Pre	Post
<b>Baik (76 – 100%)</b>	3 (7.5%)	25 (62.5%)
<b>Cukup (56 – 75%)</b>	5 (12.5%)	13 (32.5%)
<b>Kurang (&lt;56%)</b>	32 (80%)	2 (5%)
<b>Total</b>	40 (100%)	40 (100%)

Berdasarkan table 2 didapatkan data bahwa sebelum diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar pengetahuan Kader dan masyarakat tentang self management hipertensi adalah kurang sebanyak 32 peserta (80%), kemudian setelah dilakukan penyuluhan kesehatan hampir sebagian besar adalah baik sebanyak 25 peserta (62,5%). Hasil analisa statistika menggunakan uji *wilcoxon Signed Ranks* didapatkan p value mendekati  $0.00 < 0.05$  sehingga terdapat perbedaan signifikan terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.

Peningkatan edukasi *Self Management* Pengetahuan Pengobatan Hipertensi sangat penting untuk diketahui masyarakat awam. Sebagai salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah komplikasi hipertensi dapat dilakukan dengan cara melakukan pencegahan terhadap hipertensi. Seseorang dengan penyakit hipertensi disarankan untuk menerapkan self-management hipertensi sebagai salah satu manajemen diri dalam kehidupan sehari-hari (Richard & She, 2011). *Self management* hipertensi terdiri dari monitoring tekanan darah, tidak merokok, diet, manajemen berat badan dan mengurangi konsumsi alkohol. *Self management* menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan untuk merubah perilaku, pikiran dan

perasaan seseorang (11). Dari hasil pengabdian ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan kader dan masyarakat setelah diberikan penyuluhan tentang *Self Management* Pengobatan Hipertensi. Peningkatan pengetahuan yang dimiliki masyarakat dapat menumbuhkan keyakinan kader dan masyarakat terhadap penanganan hipertensi pada diri sendiri maupun orang sekitarnya.

## **KESIMPULAN**

Kejadian hipertensi di masyarakat masih cukup tinggi dan setiap tahun terjadi peningkatan. Peran Kader posyandu lansia sangatlah di perlukan dalam membantu pelayanan kesehatan. Dengan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan bantuan media audiovisual *powerpoint* dan video ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam *self management* pengobatan hipertensi. Saran yang dapat diberikan adalah sebaiknya dilakukan Penyuluhan self management hipertensi juga perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan pada kader posyandu lansia dan masyarakat.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami ucapkan kepada Akademi Farmasi Surabaya yang sudah memfasilitasi kami dalam melangsungkan Pengabdian Masyarakat dan juga kepada Ketua RT RW, Kader dan Masyarakat Balai RW 7 Jalan Dukuh Kupang yang telah berpartisipasi sebagai peserta.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Maria C. Profil Peresepan Obat Antihipertensi Di Apotek Kimia Farma Lipokota Kupang. <http://jurnal.poltekeskupang.ac.id/>. Kupang; 2018.
2. Riskesdas. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. kemkes.go.id. 2018. p. 154–7.
3. RI K. Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Kemenkes RI. 2016;
4. Raharni R, Supardi S, Sari ID. Kemandirian dan Ketersediaan Obat Era Jaminan Kesehatan Nasional (JKN): Kebijakan, Harga, dan Produksi Obat. *Media Penelit dan Pengemb Kesehatan*. 2018;28(4):219–28.
5. Darwis I. Pemberdayaan Kader Desa Untuk Meningkatkan Jumlah Kunjungan Rutin Pasien Hipertensi dan Diabetes Mellitus di Puskesmas Madukoro Kecamatan Kotabumi Utara Kabupaten Lampung Utara. *JPM Ruwa Jurai*. 2019;4(1):42–6.
6. Heppy Martin Susetyowati, Ningtyias FW, Prasetyo A. Peran Kader dalam Meningkatkan Keberhasilan Program Pengobatan Pencegahan dengan Isoniazid ( PP INH ) pada di Kabupaten Jember ( The Role of Cadres in Improving the Succes of Preventive Treatment Programs With Isoniazid ( PP INH ) in Jember ). *Multidiscip J*. 2018;1(1):17–20.
7. Fandinata SS, Putra DA. Terapi Dan Pola Hidup Sehat Pasien Hipertensi Untuk Menuju Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. *Indones J Community Dedication Heal* [Internet]. 2021 Oct 26;2(01):1. Available from: <http://journal.umg.ac.id/index.php/ijtdh/article/view/3066>
8. Haswan A. Gambaran Karakteristik Penderita Hipertensi dan Tingkat Kepatuhan Minum Obat di Wilayah Kerja Puskesmas Kintamani I. *Intisari Sains Medis*. 2017;
9. Fandinata SS, Ernawati I. The Effect of Self-reminder Card to the Level of Adherence of Hypertension Patients in Community Health Center in Surabaya. *Open Access Maced J Med Sci* [Internet]. 2020 Oct 17;8(E):647–52. Available from: <https://www.id-press.eu/mjms/article/view/5389>
10. Wahyuni, Eksanoto D. Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di kelurahan jagalan di wilayah kerja puskesmas pucangsawit surakarta. *J Ilmu Keperawatan Indones*. 2013;
11. Rashidi Y, Manafloyan H, Pournaghi Azar F, Nikniaz Z, Nikniaz L, Ghaffari S. Knowledge, attitude and practice of Iranian hypertensive patients regarding hypertension. *J Cardiovasc Thorac Res*. 2018;10(1):14–9.