



PELATIHAN MANAJEMEN HIPERTENSI SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT MENUJU INDONESIA BEBAS COVID 19 DI DESA TANJUNG PERING

Annisa Amriani *¹, Adik Ahmadi ¹, Rennie Puspa Novita ¹, Fidel Harmanda Prima²

¹Jurusan Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,
Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan 30862, Indonesia

²Prodi Teknik Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Sriwijaya,
Sumatera Selatan 30862, Indonesia

email: annisaamriani@mipa.unsri.ac.id

ABSTRAK

Indonesia bebas covid menjadi target utama pemerintah pada tahun 2022 untuk mencapai pemulihan ekonomi dan Kesehatan nasional dan global. Pasien COVID-19 komorbid hipertensi memiliki tingkat kematian 56,6% lebih tinggi dibandingkan pasien tanpa penyakit bawaan. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah arteri secara persisten dan diperlukan pengobatan seumur hidup. Prevalensi hipertensi selalu mengalami peningkatan dan ini juga terjadi di Desa Tanjung Pering Kabupaten Ogan Ilir. Pengelolaan penderita hipertensi sangat diperlukan, salah satunya dengan hypertension self-management. Pelaksanaan self-management penderita hipertensi dapat dilihat dari tingkat pengetahuan tentang penyakit dan gejalanya, ketaatan dalam melaksanakan pengobatan, perubahan gaya hidup yang sehat, dan monitoring tekanan darah. Bentuk kegiatan ini adalah pelatihan self-management dan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat menuju indonesia bebas COVID 19 bagi masyarakat di Desa Tanjung Pering. Sasaran dari kegiatan ini yaitu masyarakat di Desa Tanjung Pering, Inderalaya, Ogan Ilir Sumatera Selatan sebanyak 25 orang.

Desa Tanjung Pering adalah desa terdekat dari UNSRI yang menjadi perhatian masyarakat terhadap partisipasi UNSRI. Setelah kegiatan ini responden dapat mengaplikasikan pengetahuan yang dipaparkan untuk menjaga kesehatan diri sendiri, keluarga, dan masyarakat.

Katakunci: *Hipertensi; self-management; Tanjung Pering; desa binaan*

I. PENDAHULUAN

Indonesia bebas covid menjadi target utama pemerintah pada tahun 2022 untuk mencapai pemulihan ekonomi dan Kesehatan nasional dan global. Pasien COVID-19 dengan penyakit penyerta atau komorbid memiliki tingkat kematian yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasien tanpa penyakit bawaan. Pada penderita hipertensi yang menderita COVID-19 terjadi peningkatan ekspresi ACE-2 yang menyebabkan tingginya kerentanan terhadap infeksi SARS-CoV-2. Sekitar 56,6% komorbid hipertensi dijumpai pada pasien COVID-19 diikuti oleh diabetes melitus (41,7%,) dan obesitas (41,7%) [1]. Vaksin COVID-19 menjadi solusi untuk mendukung program Indonesia bebas covid yang telah memakan banyak korban jiwa serta melumpuhkan aktivitas masyarakat.



Hipertensi menjadi salah satu kondisi yang harus diperhatikan oleh seseorang yang hendak melakukan vaksinasi Covid-19. Beberapa informasi menyebutkan, pengidap hipertensi tidak dapat melakukan vaksinasi Covid-19. Hal ini diduga terjadi karena pada orang dengan tekanan darah tinggi, ada beberapa dugaan risiko antibodi yang digerakkan oleh vaksin. Selain itu, hipertensi kronis juga dapat melemahkan respon imun, sehingga vaksin menjadi tidak efektif. Obat-obatan yang digunakan untuk pengobatan tekanan darah tinggi, juga bisa meredam respons vaksinasi. Oleh karena itu, meskipun vaksin COVID-19 penting, orang yang mengidap tekanan darah tinggi perlu hati-hati dalam menggunakannya.

Pengidap penyakit hipertensi boleh mendapatkan vaksin COVID-19. Hal ini sesuai dengan keputusan pemerintah yang dituangkan dalam Surat Edaran (SE) Nomor HK.02.02/I/368/2021 tentang Pelaksanaan Vaksinasi COVID-19 pada Kelompok Sasaran Lansia, Komorbid, dan Penyintas COVID-19, serta Sasaran Tunda. Pengidap hipertensi dapat disuntik vaksin corona, kecuali jika tekanan darahnya di atas 180/110 mmHg. Tekanan darah harus kurang dari 180/110 mmHg. Pengukuran bisa diulang 5–10 menit kemudian, dan jika masih tinggi, vaksinasi harus ditunda hingga tekanan darah kembali terkontrol.

Kondisi tekanan darah terkontrol menjadi sulit dicapai karena manajemen pengelolaan hipertensi yang buruk di masyarakat [2]. Kepedulian terhadap hipertensi dan kesadaran akan pencegahan sekaligus pengobatannya di Indonesia masih rendah. Penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya telah menderita hipertensi, sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Oleh karena itu pasien hipertensi perlu perhatian lebih lanjut dalam meningkatkan kualitas hidup.

Penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya di seluruh dunia. Prevalensi global penderita hipertensi diperkirakan akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025 atau sekitar 29% dari penduduk dunia [3]. Berdasarkan data Riskesdas Kemenkes RI, pada tahun 2013 terdapat 25,8% penderita hipertensi di Indonesia dan mengalami kenaikan pada tahun 2018 menjadi 34,1% [4]. Sedangkan pada provinsi Sumatera Selatan tahun 2019 ditemukan 24,2% kasus [5]. Selain itu juga terjadi peningkatan prevalensi di Kabupaten Ogan Ilir. Tentunya sebagai salah satu desa yang berada di wilayah Ogan Ilir prevalensi hipertensi juga menjadi masalah bagi Kesehatan masyarakat sekitar.

Pengelolaan penderita hipertensi sangat diperlukan [6], salah satunya dengan hypertension self-management untuk kelompok penderita hipertensi. Pelaksanaan self-management penderita hipertensi dapat dilihat dari tingkat pengetahuan tentang penyakit dan gejalanya, ketaatan dalam melaksanakan pengobatan, perubahan gaya hidup yang sehat, dan monitoring tekanan darah [7]. Pelaksanaan self-management pada penderita hipertensi diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan pengobatan terkait penyakit hipertensi [8]. Pelaksanaan self-management dapat dilakukan melalui program edukasi berbasis komunitas. Pembentukan kelompok masyarakat peduli hipertensi merupakan upaya program manajemen komunitas yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga masyarakat memiliki kekuatan untuk membangun dirinya sendiri melalui interaksi dengan lingkungan.

Bidang pengabdian masyarakat merupakan salah satu dari Tri Darma perguruan tinggi. UNSRI sebagai perguruan tinggi negeri di Provinsi Sumatera Selatan memegang peran besar dalam rangka peningkatan mutu kehidupan masyarakat melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Aspek kehidupan yang sangat penting bagi masyarakat adalah ekonomi dan Kesehatan. Desa Tanjung Pering merupakan salah satu daerah yang berada di Kecamatan Indralaya Utara, Kabupaten Ogan Ilir, Provinsi Sumatera Selatan yang berjarak \pm 40 km dari Kota Palembang dan \pm 8 km dari kampus Unsri Indralaya. Sebagian besar penduduk desa ini memiliki mata pencaharian sebagai petani. Desa ini menjadi mitra kegiatan PPM program pengembangan Desa binaan Unsri sehingga menjadi salah satu daerah yang dituju UNSRI untuk menjalankan visinya yakni menyelenggarakan dan mengembangkan pengabdian kepada



masyarakat dengan menerapkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan/atau seni untuk mewujudkan kesejahteraan dan kemajuan masyarakat dan kader, masyarakat, pasien hipertensi, dan keluarga di desa ini belum pernah mendapatkan pelatihan yang terstruktur tentang self-management hipertensi.

Melalui pelatihan manajemen hipertensi diharapkan dapat membantu masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan sehingga masyarakat dapat menjalankan kegiatan dengan maksimal dan ekonomi masyarakat tetap stabil. Program ini akan berlanjut dengan pemantauan berupa diskusi dan konseling (dalam bentuk grup diskusi) antara tim pelaksana dan khalayak sasaran serta penderita hipertensi sehingga penyakit hipertensi di desa Tanjung Pering dapat dikontrol.

Tujuan dan Manfaat Kegiatan

Adapun tujuan dari program ini adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan komplikasinya.
2. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pelaksanaan self-management hipertensi sebagai lini pertama tatalaksana hipertensi.

Adapun manfaat dari program ini adalah sebagai berikut:

1. Kegiatan ini bermanfaat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan komplikasinya.
2. Kegiatan ini bermanfaat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pelaksanaan self-management hipertensi sebagai lini pertama tatalaksana hipertensi.

II. METODE PELAKSANAAN

Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran kegiatan Pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut: masyarakat di desa Tanjung Pering, terutama penderita hipertensi dan keluarganya sekitar 25 orang. Pasien hipertensi dalam pengobatannya memerlukan pendampingan dari keluarga dan masyarakat.

Kerangka Pemecahan Masalah

Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat ini maka perlu dilakukan penyuluhan secara langsung mengenai sikap dan perilaku hidup masyarakat di desa dalam penatalaksanaan hipertensi. Berdasarkan pemikiran tersebut, maka kerangka pemecahan masalah yang ditentukan adalah memberikan penyuluhan dan pelatihan hipertensi self-manajemen sebagai lini pertama dalam tatalaksana hipertensi.

Metode Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian
Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

- 1) Penyuluhan tentang hipertensi dilakukan dengan ceramah dan diskusi dengan peserta
- 2) Pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa darah, dan kadar lipid darah sebagai salah satu indikator penyakit ditangani dengan baik.
- 3) Pelatihan self-management hipertensi
- 4) Tanya jawab

Proses pelaksanaan pengabdian adalah sebagai berikut :

1. Perizinan dan pengamatan di lapangan dengan Kepala Desa atau Wakilnya
 2. Persiapan pembuatan materi penyuluhan, leaflet dan pelatihan self-management hipertensi.
 3. Pelaksanaan penyuluhan
 4. Evaluasi kegiatan dan pembuatan laporan akhir. Evaluasi dilakukan sebelum, setelah penyuluhan dilakukan.
- a. Pra Penyuluhan



Meninjau pengetahuan masyarakat tentang hipertensi baik penatalaksanaan secara non obat dan dengan obat, kebiasaan apa saja yang harus dilakukan agar hipertensi menjadi terkontrol sehingga komplikasi keparahannya bisa teratasi.

b. Setelah Penyuluhan

Mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan masyarakat tentang diabetes baik penatalaksanaan secara non obat dan dengan obat, kebiasaan apa saja yang telah dilakukan sehingga diabetes menjadi terkontrol (teknik 3J) dan komplikasi keparahannya bisa teratasi. Mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan masyarakat tentang hipertensi baik penatalaksanaan secara non obat dan dengan obat, kebiasaan apa saja yang telah dilakukan sehingga hipertensi menjadi terkontrol dan komplikasi keparahannya bisa teratasi.

c. Setelah Pelatihan

Masyarakat dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan tentang hipertensi baik penatalaksanaan secara non obat dan dengan obat, kebiasaan apa saja yang harus dilakukan agar hipertensi menjadi terkontrol sehingga komplikasi keparahannya bisa teratasi

Rancangan Evaluasi

Untuk mengetahui tingkat pemahaman dan antusias masyarakat terhadap materi yang dijelaskan maka diadakan forum diskusi dan kuisisioner antara tim pelaksana dengan khalayak sasaran.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang telah dilaksanakan berlangsung dengan tahapan sebagai berikut :

- mengunjungi Desa Tanjung Pering, Inderalaya, Ogan Ilir
- permintaan kesediaan masyarakat sekitar Desa Tanjung Pering sebagai lokasi Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat
- pertemuan lanjutan dengan pimpinan dan petugas dusun
- pembicaraan tanggal pelaksanaan kegiatan
- peninjauan sarana dan prasarana yang tersedia, serta peralatan penunjang yang dapat dilengkapi oleh tim pengabdian
- peninjauan kesiapan pelaksanaan kegiatan

Hasil yang diperoleh hingga laporan pelaksanaan ini disusun adalah, terlihatnya sambutan yang positif dari masyarakat Desa Tanjung Pering. Selama ini Desa Tanjung Pering sudah sering dikunjungi oleh tim pengabdian dari Fakultas yang bernaung di bawah UNSRI seperti Fakultas Pertanian, Fakultas Kesehatan Masyarakat dan lain sebagainya tetapi tentunya mereka tidak melakukan penyuluhan tentang peningkatan pengetahuan masyarakat desa Tanjung Pering Inderalaya tentang penyakit hipertensi melalui pemahaman tentang hypertension self-management. Dari wawancara dengan kepala dusun, terlihat salah satu keinginan adalah mengajak partisipasi warga untuk sadar akan kesehatan pribadi yang akan berdampak pada kesehatan keluarga dan masyarakat banyak.

Permintaan kesediaan masyarakat Desa Tanjung Pering untuk menjadi tempat pelaksanaan kegiatan disambut positif sehingga dapat melengkapi usulan pengabdian ini pada bulan Juni 2022 yang lalu. Setelah proposal kegiatan ini disetujui untuk didanai dengan anggaran DIPA UNSRI, maka diadakan pertemuan lanjutan dengan Kepala Desa. Pertemuan lanjutan ini mendiskusikan hal-hal yang perlu dipersiapkan yang berkenaan dengan realisasi kegiatan dalam proposal. Mengingat ada beberapa hal yang harus dilengkapi maka kegiatan ini disepakati bulan September 2022. Setelah itu dilakukan peninjauan sarana dan prasarana yang tersedia, serta peralatan penunjang yang dapat dilengkapi oleh tim pengabdian serta pertemuan dengan petugas desa setempat yang sangat kooperatif pada tim pengabdian.



Pada saat pelaksanaan kegiatan ini Indonesia mulai merancang kehidupan Kesehatan menuju Indonesia bebas Covid-19. Dari hasil diskusi yang dilihat pada kuisioner masyarakat sudah mulai memahami bahwa penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit berbahaya yang bisa mengancam jiwa. Akan tetapi bagaimana self manajemen hipertensi belum sepenuhnya dipahami oleh masyarakat.

Melalui kegiatan penyuluhan ini dibuktikan dengan kuisioner dapat dilihat bahwa saat ini masyarakat desa Tanjung Pering telah memahami bahwa hipertensi self manajemen merupakan lini pertama penanganan hipertensi. Sehingga untuk kedepannya masyarakat akan lebih aktif dalam mengenali hipertensi dan bagaimana cara menangani apabila sudah menjadi penderita hipertensi itu sendiri.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Masyarakat Desa Tanjung Pering, Indralaya Utara, Ogan Ilir sudah mengenal lebih lanjut tentang hipertensi dan komplikasinya dan sudah meningkat pengetahuannya tentang self-management hipertensi.

Saran

Perlu dilakukan kerjasama dengan pihak Puskesmas Setempat mengenai kondisi umum Masyarakat Desa Tanjung Pering agar pemantauan terhadap warga desa dengan diabetes melitus lebih ditingkatkan dan perlu dilakukan kegiatan pengabdian dan penyuluhan kesehatan untuk daerah lain di sekitar UNSRI.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rahayu, dkk., 2013. Hipertensi, Diabetes Melitus, Dan Obesitas Sebagai Faktor Komorbiditas Utama Terhadap Mortalitas Pasien Covid-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*. 9 (1): 90-97
- [2] Salkic, S., Batic-Mujanovic, O., Ljuca, F., & Brkic, S. 2014, Clinical Presentation of Hypertensive Crises in Emergency Medical Services, *Materia Socio-medica*, 26(1): 12-16.
- [3] World Health Organization. 2015, Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis, World Health Organization, Geneva, Swiss.
- [4] Kemenkes, RI. 2018, Laporan Nasional Riskesdas 2018, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta, Indonesia.
- [5] Dinkes Provinsi Sumatera Selatan. 2019, Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2018, Palembang, Indonesia.
- [6] Wells, B.G., Dipiro, J.T., Schwinghammer, T.L. & Dipiro, C. 2017, *Pharmacotherapy handbook*, 10th Edition, McGraw Hill Companies Inc, New York.
- [7] Saraswati, R; Ropi dan Sari, CWM. 2015. "Pengaruh Program edukasi Berbasis Komunitas terhadap Self-management pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Gombang 2 Kebumen". Tesis.
- [8] Wang, Y., Yuxi, W., Yan, C., Qingsong, Q. 2020, Unique Epidemiological and Clinical Features of The Emerging 2019 Novel Coronavirus Pneumonia (Covid-19) Implicate Special Control Measures, *Journal of Medical Virology*, **92(6)**: 568-576.