

PELAKSANAAN POS PELAYANAN TERPADU (POSYANDU) LANSIA DALAM PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGGENENG KABUPATEN LAMONGAN

Habibatur Rohmah^{1*}, Diana Sasmitasari², Oetari Kintan Prahasti³, Furqon Ahmadi⁴, Faizatul Ummah⁵

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan
Jl. Plalangan No.KM, RW.02, Wahyu, Plosowahyu, Kec. Lamongan, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur 62218

*Koresponden E-mail: bibaaleeee@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a disease characterized by a continuous increase in blood pressure that exceeds normal limits. Efforts to increase "Self-Awareness" regarding the prevention and control of community-based hypertension through regular health checks and blood pressure measurements. The government plans health services that are implemented through the Puskesmas program by involving the participation of the elderly, families, community leaders and social organizations called Posyandu Lansia. The purpose of community service in general is to screen hypertension and increase knowledge and understanding of the elderly in Karanggeneng Village about hypertension. The method used in this study is blood pressure screening using a digital sphygmomanometer and providing individual education to the elderly. The categories of elderly who participate in this activity are pre-elderly, elderly and elderly with male and female gender. The results obtained from community service show that the number of elderly people with normal blood pressure is lower than the elderly who suffer from stage 1 hypertension with a percentage of 5.9% and 38.2%, respectively. The recommendation from the results of this service is that the elderly can know the symptoms of early hypertension so that they can prevent the occurrence of hypertension and for patients they can know how to handle hypertension properly so that the therapeutic process can run well.

Keywords: Hypertension, Health Checkup, Elderly Posyandu.

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan terjadinya peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batasan normal. Upaya untuk meningkatkan "Self Awareness" tentang pencegahan dan pengendalian Hipertensi berbasis masyarakat melalui *screening* kesehatan dan pengukuran tekanan darah secara rutin. Pemerintah merencanakan pelayanan kesehatan yang penyelenggaraannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial yang disebut dengan Posyandu Lansia. Tujuan pengabdian masyarakat secara umum dilaksanakan untuk skrining hipertensi serta meningkatkan pengetahuan dan pemahaman lansia di Desa Karanggeneng tentang hipertensi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah skrining pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital dan memberikan edukasi secara individual kepada lansia. Kategori usia lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan ini yaitu pra-lansia, lansia dan lanjut usia tua dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa jumlah lansia dengan tekanan darah normal lebih rendah dibandingkan dengan lansia yang menderita hipertensi stage 1 dengan presentase masing-masing sebesar 5,9% dan 38,2%. Rekomendasi dari hasil pengabdian ini yaitu lansia dapat mengetahui tanda gejala hipertensi sejak dini sehingga dapat mencegah terjadinya hipertensi dan bagi penderita dapat mengetahui cara penanganan hipertensi dengan baik sehingga proses terapi dapat berjalan dengan baik.

Kata Kunci : Hipertensi, Pemeriksaan Kesehatan, Posyandu Lansia.

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua merupakan suatu keadaan yang terjadi dalam kehidupan manusia. Proses menua tidak hanya dimulai pada satu waktu tertentu, tetapi sejak permulaan kehidupan. Lansia bukan suatu penyakit, namun tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh untuk beradaptasi dari stress lingkungan (Hartiningih, Oktavianto and Hikmawati, 2021). Indonesia menduduki peringkat ke-empat dengan jumlah lansia terbanyak setelah Amerika, India, dan China (Rahmi *et al.*, 2022). Menurut United Nations, pada tahun 2013 populasi penduduk lansia di Indonesia dengan usia 60 tahun atau lebih berada pada urutan 108 dari 196 negara di seluruh dunia (Putri, 2018). Semakin meningkatnya usia pada lansia akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks salah satunya penyakit degeneratif.

Penyakit degeneratif dapat disebabkan karena menurunnya fungsi organ tubuh. Salah satu penyakit degeneratif yaitu hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah secara terus menerus yang melebihi batasan normal. Dikatakan hipertensi apabila tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Prevalensi hipertensi di dunia diperkirakan sebesar 1 milyar jiwa dan hampir 7,1 juta kematian setiap tahunnya, atau sekitar 13% dari total kematian (Hernawan and Rosyid, 2017). Hipertensi dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua, sehingga termasuk penyakit yang mematikan atau disebut juga the silent killer (Astutik and Mariyam, 2021). Penyakit tersebut semula dialami oleh lansia dengan usia 50 tahun ke atas (Ifadah and Marlina, 2019). Selaras dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 yang mengungkapkan bahwa hipertensi paling banyak diderita oleh lansia. Prevalensi hipertensi pada lansia meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur (Kusuma *et al.*, 2020).

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang hampir diderita sekitar 25% penduduk dunia dewasa (Widyasari and Candrasari, 2010). Penyakit degeneratif bisa dicegah dengan cara *screening* kesehatan pada usia diatas 30 tahun. *Screening* kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan dapat membantu mencegah terjadinya penyakit degeneratif. *Screening* kesehatan salah satunya pemeriksaan tekanan darah merupakan marker atau alat untuk mengidentifikasi kondisi yang terjadi didalam tubuh. Jika marker tersebut melewati ambang batas, maka hal tersebut sebagai peringatan awal untuk merubah gaya hidup (Ifadah and Marlina, 2019).

Pemeriksaan Tekanan Darah dan edukasi Kesehatan Tentang Hipertensi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan “Self Awareness” tentang pencegahan dan penanganan Hipertensi berbasis masyarakat melalui pengukuran tekanan darah secara rutin (Brahmantia *et al.*, 2022). Adapun untuk mengatasi masalah kesehatan lansia tersebut, perlu upaya pembinaan kelompok lanjut usia melalui puskesmas yang mencakup kegiatan promotif, preventif dan rehabilitatif. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004 pasal 8 disebutkan bahwa pemerintah, masyarakat dan keluarga bertanggung jawab atas terwujudnya upaya peningkatan kesejahteraan sosial lanjut usia (lansia). Pemerintah mencanangkan pelayanan kesehatan yang penyelenggaraannya melalui program Puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial yang disebut dengan Posyandu Lansia (Mengko, Kandou and Massie, 2015).

Posyandu lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melibatkan peranan para lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial. Tujuan pembentukan posyandu lansia secara garis besar yaitu meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan lansia di masyarakat, meningkatkan peran serta masyarakat dan swasta dalam pelayanan kesehatan di samping meningkatkan komunikasi antara masyarakat usia lanjut (Dalyoko, 2010).

Desa Karanggeneng mempunyai jumlah penduduk lansia sekitar 120 jiwa. Desa Karanggeneng mempunyai program posyandu lansia yang merupakan desa yang menunjang program pemerintahan dalam peningkatan kesehatan. Program pelayanan posyandu lansia di Desa

Karanggeneng telah dilaksanakan sejak tahun 2018 dan juga pelaksanaan program posyandu lansia dilakukan 1 kali dalam sebulan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2022 di Puskesmas Desa Karanggeneng, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan. Lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan ini berjumlah 34 orang yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital dan setelah itu diberikan edukasi secara individual kepada lansia mengenai cara pencegahan dan penanganan hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 34 responden yang terdiri dari Laki-laki (17.6%) dan perempuan (82.4%) dengan usia pra lanjut usia (35.3%), lanjut usia (44.1%) dan lanjut usia tua (20.6%) seperti pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Lansia di Posyandu Lansia Desa Karanggeneng

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	6	17.6
Perempuan	28	82.4
Usia		
Pra lanjut usia	12	35.3
Lanjut usia	15	44.1
Lanjut usia tua	7	20.6
Total	34	100.0



Gambar 1. Salah Satu Tim Pengabdian bersama Peserta Posyandu Lansia yang ada di Desa Karanggeneng, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan.

Adapun hasil skrining berdasarkan tekanan darah disajikan dalam tabel dibawah ini:.

Tabel 2. Klasifikasi Tekanan Darah Lansia di Posyandu Lansia Desa Karanggeneng

Tekanan Darah Sistolik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	2	5.9
Prehipertensi	7	20.6
Hipertensi stage 1	13	38.2
Hipertensi stage 2	12	35.3

Total	34	100.0
-------	----	-------

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa prevalensi lansia di desa karanggeneng yang menderita hipertensi stage 1 lebih tinggi (38.2%) dibandingkan dengan lansia yang memiliki tekanan darah normal (5.9%).

Tekanan darah merupakan parameter untuk mendiagnosa penyakit hipertensi. Menurut Joint National Committee dalam Kemenkes (2014) tekanan darah diklasifikasikan menjadi 4 yaitu normal (<120 mmHg/ <80 mmHg), Prehipertensi (120-139 mmHg/80-89 mmHg), Hipertensi stage 1 (140-159 mmHg/90-99 mmHg) dan Hipertensi stage 2 (≥ 160 mmHg/ ≥ 100 mmHg).

Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin dan gaya hidup Kemenkes (2014). Menurut Suparti and Handayani (2018) menyatakan bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik dapat meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Tekanan darah sistolik diperkirakan meningkat secara progresif sampai usia 70-80 tahun, sedangkan diastolik diperkirakan meningkat sampai usia 50-60 tahun kemudian cenderung menetap atau sedikit menurun (Suparti and Handayani, 2018). Berdasarkan hasil pemeriksaan yang diperoleh (Tabel 1) menunjukkan bahwa peserta posyandu lansia yang diperiksa hampir sebagian (44%) kategori lanjut usia.

Seiring bertambahnya usia maka akan terjadinya penurunan fungsi organ-organ tubuh termasuk pembuluh darah. Pembuluh darah akan menyempit dan terjadinya kekakuan dinding pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Hal tersebut sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa tingkat hipertensi dipengaruhi oleh bertambahnya usia, dimana terjadinya perubahan struktur pembuluh darah besar sehingga menjadi lebih kaku dan lumen menjadi sempit karena tingginya tekanan darah sistolik. Selain itu, tingginya tekanan darah diastolik walaupun tidak begitu nyata juga mempengaruhi tingkat prevalensi hipertensi tiap bertambahnya usia (Adam, 2019).

Jenis kelamin perempuan umumnya lebih rentan mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki. Berdasarkan hasil skrining pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan jenis kelamin perempuan. Hasil skrining ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhadi (2011) dalam Suparti and Handayani (2018) dan Kemenkes (2014) yang menunjukkan terdapat pengaruh antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi, dimana prevalensi hipertensi laki-laki lebih rendah dibandingkan perempuan. Hal tersebut dapat disebabkan karena pada usia lansia telah memasuki masa monepouse sehingga produksi hormon ekstrogen semakin menurun, akibatnya tekanan darah meningkat. Hormon ekstrogen memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan kadar HDL (*High Density Lipoprotein*) (Aristoteles, 2018). Selain itu, kurangnya aktivitas fisik juga dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi (Agustina and Umar, 2016).



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah.

Setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah, tim pengabdian masyarakat memberikan edukasi kepada lansia tentang penanganan dan pencegahan hipertensi. Dengan adanya edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang hipertensi serta diharapkan

mampu mengubah perilaku gaya hidup lansia menjadi lebih baik. Menurut Siti Suciati dan (Suciati and Rustiana, 2021) pemberian edukasi terhadap lansia dapat meningkatkan kesehatan dan mencegah terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan. Komplikasi yang dapat terjadi diantaranya stroke, serangan jantung, gagal ginjal, edema paru bahkan kematian. Resiko komplikasi hipertensi tersebut terjadi karena penanganan yang tidak segera diberikan atau kurang tepat. Dengan mengetahui tanda gejala hipertensi sejak dini dapat mencegah terjadinya hipertensi dan bagi penderita dapat lebih paham mengenali kondisi tubuhnya sehingga diharapkan proses terapi didapatkan hasil yang optimal (Rahmawati, Rimasari and Monita, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa prevalensi hipertensi pada lansia di Desa Karanggeneng, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan masih tinggi. Sehingga pemberian edukasi tentang hipertensi pada lansia sangat perlu dilakukan agar kedepannya angka kejadian hipertensi pada lansia khususnya di wilayah Karanggeneng semakin menurun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada lansia Desa Karanggeneng, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Terima kasih untuk Universitas Muhammadiyah Lamongan dan TIM LPPM yang telah menyelenggarakan program KKN. Dan juga Dosen Pendamping Lapangan yang telah membimbing dan membantu dalam menyelesaikan kegiatan ini serta teman-teman yang berkontribusi dalam melaksanakan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019) 'Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia', *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), pp. 82–89. doi: 10.37311/jhsj.v1i2.2558.
- Agustina and Umar, A. F. (2016) 'Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kabupaten Kaur Propinsi Bengkulu', *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 3(11), pp. 49–58.
- Aristotelles (2018) 'Korelasi umur dan jenis kelamin dengan penyakit hipertensi di emergency center unit rumah sakit islam siti khadijah palembang 2017', *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), pp. 9–16.
- Astutik, M. F. and Mariyam, M. (2021) 'Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat', *Jurnal Unimus*, 2(1), pp. 54–60. doi: <https://doi.org/10.26714/nm.v2i1.7347>.
- Brahmantia, B. *et al.* (2022) 'Pelatihan Kader Dalam Pemeriksaan Tekanan Darah Di Kelurahan Mugarsari Kec Tamansari Kota Tasikmalaya', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Balarea*, pp. 6–11.
- Dalyoko, D. A. u P. (2010) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Mojosongo Boyolali*.
- Hartiningsih, S. N., Oktavianto, E. and Hikmawati, A. N. (2021) 'Terapi Relaksasi Nafas Dalam Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi', *Jurnal Keperawatan*, 13(1), pp. 123–128.
- Hernawan, T. and Rosyid, F. N. (2017) 'Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Wreda Darma Bhakti Kelurahan Pajang Surakarta', *Jurnal Kesehatan*, 10(1), pp. 26–31.
- Ifadah, E. and Marlina, T. (2019) 'Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan', *Jurnal*

Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat, 3(1), pp. 20–26.

- Kemenkes (2014) 'Infodatin Hipertensi', *Pusat Data Informasi Kementerian Republik RI*, pp. 1–8.
- Kusuma, D. R. *et al.* (2020) 'Edukasi Penyakit Hipertensi Dan Komplikasinya Pada Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mengwi I, Kabupaten Badung', *Buletin Udayana Mengabdi*, 19(2), pp. 178–186.
- Mengko, V. V., Kandou, G. D. and Massie, R. G. A. (2015) 'Pemanfaatan Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Teling Atas Kota Manado', *JIKMU*, 5(2b), pp. 479–490.
- Putri, M. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Niat Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Lansia', *Jurnal Promkes*, 6(2), pp. 213–225.
- Rahmawati, E., Rimasari, A. N. and Monita, E. R. M. (2019) 'Penyuluhan Hipertensi, Pengecekan Tekanan Darah, Kadar Gula Dalam Darah, Kolesterol Serta Asam Urat', *Journal of Community Engagement and Employment Penyuluhan*, 1(2), pp. 62–65.
- Rahmi, R. *et al.* (2022) 'Analisis Minat Lansia Dalam Pemanfaatan Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Kecamatan Bukit Raya Kota Pekanbaru', *Media Kesmas (Public Health Media)*, 2(1), pp. 201–208. doi: <https://doi.org/10.25311/kesmas.Vol2.Iss1.547>.
- Suciati, S. and Rustiana, E. (2021) 'Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Konseling Tentang Hipertensi Dan Komplikasinya Pada Lansia Di Desa Kromasan Kabupaten Tulungagung', (*Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Tulungagung*, 1(1), pp. 31–36.
- Suparti, S. and Handayani, D. Y. (2018) 'Screening Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Banyumas', *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(2), pp. 84–93.
- Widyasari, D. F. and Candrasari, A. (2010) 'Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dukuh Gantungan Desa Makamhaji Kartasura Sukoharjo', *WARTA*, 13(1), pp. 28–36.