

## Penyuluhan Tentang Hipertensi, Mengukur Tekanan Darah Pada Lansia Binaan STIKes Bala Keselamatan Palu

Yulian Heiwer Matongka<sup>1\*</sup>, Fitri Arni Rasyidi<sup>2</sup>, Saiful Ambodale<sup>3</sup>

<sup>1</sup>STIKes Bala Keselamatan Palu, Prodi Diploma Tiga Keperawatan, Kota Palu, Indonesia

<sup>2,3</sup>STIK Indonesia Jaya Palu, Prodi Kesehatan Masyarakat, Kota Palu, Indonesia

Email: <sup>1\*</sup>[matongkayulian@gmail.com](mailto:matongkayulian@gmail.com), <sup>2</sup>[arni.fitri.rasyidi@gmail.com](mailto:arni.fitri.rasyidi@gmail.com), <sup>3</sup>[Saiful.ambodale@gmail.com](mailto:Saiful.ambodale@gmail.com)

(\* : coresponding author)

**Abstrak** – Lansia adalah bagian dari perkembangan manusia sebagai tahap akhir yang menurut UU no 13 tahun 1998 tentang kesehatan di katakan bahwa usia lanjut adalah seorang yang telah mencapai umur 60 tahun. Pada usia lansia ini sudah banyak terjadi kemunduran- kemunduran fisik maupun fungsi dari fisik itu sendiri sehingga banyak hal yang perlu dibantu atau penjelasan mengenai hal-hal yang terjadi pada masa lansia atau proses penuaan. Jumlah lansia di kelurahan birobuli selatan sebanyak 41 orang (13,2%). Lansia yang mengalami hipertensi 5 orang (33,3%) dan Stroke 1 orang (1,6 %). Berdasarkan survey pada beberapa lansia mengatakan bahwa mereka banyak bertanya mengapa terjadi hipertensi, bagaimana mengatasinya. Tindakan yang dilakukan adalah Penyuluhan tentang hipertensi, Pemeriksaan Tekanan darah dan melakukan senam. Hasil Pelaksanaan: Dari jumlah 15 orang yang tekanan darahnya tinggi berjumlah 5 orang (33,3%). Masyarakat yang tekanan darah tinggi telah diberi penyuluhan dan menyarankan supaya melakukan pemeriksaan lebih lanjut di Puskesmas, dan jumlah masayakat yang melakukan senam yaitu 10 orang.matang dengan sperma .Pelayanan Kontrasepsi (PK) merupakan salah satu komponen dalam pelayanan kependudukan /KB.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Tekanan Darah, Lansia

**Abstract**– Elderly people are part of human development, a final stage. According to Law No. 13 of 1998 concerning Health, elderly people are defined as those who have reached the age of 60. At this age, physical and functional declines often occur, requiring assistance or explanations regarding the aging process. The number of elderly people in South Birobuli Village is 41 (13.2%). Five (33.3%) have hypertension and one (1.6%) has had a stroke. A survey of several elderly people revealed they have many questions about the causes of hypertension and how to manage it. The measures taken included education about hypertension, blood pressure checks, and exercise. Results: Of the 15 individuals with high blood pressure, 5 (33.3%) had high blood pressure. Counseling was provided to those with high blood pressure and recommendations for further examination at the Community Health Center (Puskesmas), and 10 participated in exercise.

**Keywords:** Hypertension, Blood Pressure, Elderly

### 1. PENDAHULUAN

Lansia adalah bagian dari perkembangan manusia sebagai tahap akhir yang menurut UU no 13 tahun 1998 tentang kesehatan di katakan bahwa usia lanjut adalah seorang yang telah mencapai umur 60 tahun. Pada usia lansia ini sudah banyak terjadi kemunduran- kemunduran fisik maupun fungsi dari fisik itu sendiri sehingga banyak hal yang perlu dibantu atau penjelasan mengenai hal-hal yang terjadi pada masa lansia atau proses penuaan (UU Thn 1998 No. 13 Tentang kesehatan). Setiap wilayah Indonesia memiliki penduduk yang berusia lansia (Kushariyadi, 2010).

Berdasarkan survey pada beberapa lansia binaan STIKes Bala Keselamatan Palu mengatakan bahwa mereka banyak pertanyaan mengapa terjadi Hipertensi dan bagaimana mengatasinya.

Melalui gambaran diatas, kami tim pelaksana pengabdian pada masyarakat merencanakan pelaksanaan pengabdian pada masyarakat di kelurahan Birobuli Selatan yang dilaksanakan pada tanggal 6-8 Maret 2025 yang telah diprogramkan oleh institusi sebagai jadwal pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat. Adapun kegiatan yang akan dilakukan adalah Melakukan Penyuluhan tentang Hipertensi dan Mengukur Tekanan Darah.

### 2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Msyarakat menggunakan metode sebagai berikut :

**a. Survey Lokasi**

Berdasarkan hasil rapat tim pengabdian kepada masyarakat untuk menentukan wilayah pengabdian masyarakat, maka kami mengadakan survey lokasi dan mengidentifikasi masalah yang ada di Lansia Binaan STIKes BK serta kebutuhan kesehatannya. Setelah disepakati, kami mengirim surat untuk mendapatkan izin secara langsung dari Ketua STIKes.

**b. Wawancara**

Saat melakukan survey, selain mengadakan inspeksi lokasi juga mengadakan wawancara pada beberapa lansia untuk mendukung kegiatan yang akan kami lakukan.

**c. Pelaksanaan Kegiatan**

Setelah diidentifikasi masalah berdasarkan hasil survey dan wawancara, kami tim menyusun, merumuskan dan memprioritaskan masalah yang akan kami jadikan sebagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun kegiatan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :

1. Melakukan Penyuluhan tentang Hipertensi pada lansia
2. Mengukur tekanan darah pada lansia



**Gambar 1.** Pengukuran Tekanan Darah



**Gambar 2.** Penyuluhan dengan Responden



**Gambar 3.** Senam Bersama Lansia

**d. Pencatatan dan Pelaporan**

Semua kegiatan yang dilakukan dicatat dan disusun laporannya sebagai bahan pertanggung jawaban.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **3.1 Pelaksanaan**

Langkah-langkah Pelaksanaan Kegiatan

- 1) Menyusun tugas masing-masing anggota tim
- 2) Masing-masing penanggung jawab mempersiapkan bahan penyuluhan, bahan pemeriksaan dan alat mengukur tekanan darah
- 3) Melakukan pemeriksaan sesuai tanggung jawabnya dan tim berbermain dan menggambar mengajak anak-anak bermain dan menggambar.
- 4) Menyampaikan hasil pemeriksaan tekanan darah pada lansia dan memberikan penjelasan sederhana sesuai dengan hasil pemeriksaan.

#### **3.2 Hasil Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan secara bersamaan yang sudah memiliki penanggung jawab setiap kegiatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 6-8 Maret 2025 Jam 09.00 di Lansia Binaan STIKes BK Palu. Hasil kegiatan sebagai berikut :

Kegiatan mengukur Tekanan Darah.

No	Nama	Hasil Pemeriksaan Tekanan darah
1.	Ibu Agustin Saroba	110/80 mmHg
2.	Bapak Mayor Repa	120/80 mmHg
3.	Bapak Mayor Dama	140/70 mmHg
4.	Ibu Ny. Mayor Dama	130/80 mmHg
5.	Ibu Dahlia	140/90 mmHg
6.	Ibu Nelsi Pongi	110/80 mmHg
7.	Ibu Polin	160/90 mmHg

8.	Bpk Eksel Sawuwu	110/90 mmHg
9.	Ibu Neli Mua	160/90 mmHg
10.	Ibu Astrid	130/80 mmHg
11.	Ibu Sukma	170/100 mmHg
12.	Ibu Ester	120/80 mmHg
13.	Bpk Rian	170/110 mmHg
14.	Bpk Set Sarman	110/70 mmHg
15.	Ibu Nur	160/90 mmHg

Kesimpulan :

- 1) Jumlah masyarakat yang diukur tekanan darahnya 15 orang
- 2) Jumlah masyarakat yang tekanan darahnya normal : 10 orang ( $10/15 \times 100\% = 66,6\%$ )
- 3) Jumlah masyarakat yang tekanan darahnya tinggi: 5 orang ( $5/15 \times 100\% = 33,3\%$ )
- 4) Yang menderita tekanan darah tinggi telah dirujuk ke Puskesmas terdekat

### **3.3 Pembahasan Hasil Kegiatan**

Jumlah masyarakat yang dilakukan pemeriksaan tekanan darahnya berjumlah 15 orang. Dari jumlah 15 orang yang tekanan darahnya normal berjumlah 10 orang (66,6%) dan tekanan darahnya tinggi berjumlah 5 orang (33,3%). Masyarakat yang tekanan darah tinggi telah diberi penyuluhan dan menyarankan supaya melakukan pemeriksaan lebih lanjut di Puskesmas

### **3.4 Faktor Pendukung dan Penghambat**

Berdasarkan pengamatan yang kami rasakan dan kami lakukan banyak faktor yang dapat mendukung kegiatan kami yaitu :

- 1) Lansia Binaan sangat mendukung dengan pemberian ijin untuk melaksanakan kegiatan ini
- 2) Para lansia sangat senang dengan pemeriksaan yang dilakukan serta penyuluhan secara individu.

Untuk faktor penghambat, tidak ada hal yang berarti karena semua kegiatan yang direncanakan dapat dilaksanakan dengan baik.

## **4. KESIMPULAN**

### **4.1 Kesimpulan**

1. Penyuluhan kesehatan tentang Hipertensi telah dilaksanakan dengan baik pada Lansia sebanyak 15 orang
2. Pemeriksaan Tekanan Darah telah dilaksanakan dengan baik. Yang mengalami tekanan darah tinggi berjumlah 5 orang (33,3%)

### **4.2 Saran**

1. Kegiatan sangat baik dan membantu masyarakat sehingga kegiatan ini perlu dilaksanakan secara rutin tiap tahun
2. Diharapkan kepada Lansia untuk memeriksakan kesehatannya ke Puskesmas secara rutin untuk mencegah terjadinya penyakit.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKes Bala Keselamatan Palu karena telah memberi kesempatan tim pengabdian melakukan pengabdian pada lansia binaan STIKes Bala Keselamatan Palu dan terima kasih juga kepada Unit P2M STIKes Bala Keselamatan Palu yang telah memberi kesempatan kepada kami untuk melakukan pengabdian.

## REFERENCES

- Black, J. M. and Hawks, J. (2014) *Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis Untuk Hasil yang Diharapkan*. 8th edn. Singapore: Elsevier Ltd.
- Hipertention, I. S. of and Indonesia, P. D. H. (2019) *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi*. Edited by A. A. Lukito, E. Harmeiwaty, and N. M. Hustrini. Jakarta: SinaH.
- Huether, S. E. and McCance, K. L. (2019) *Buku Ajar Patofisiologi*. 6th edn. Singapore: Elsevier.
- Kozier *et al.* (2011) *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, & Praktik*. 7th edn. Jakarta: EGC.
- Kushariyadi (2010) *Asuhan Keperawatan Pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Matongka, Y. H., Astrid, M. and Hastono, S. P. (2021) 'Pengaruh Latihan Range of Motion Aktif Terhadap Nyeri Dan Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Puskesmas Doda Sulawesi Tengah', *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 4(1), pp. 30–41.
- McPhee, S. J. and Ganong, W. F. (2011) *Patofisiologi Penyakit Pengantar Menuju Kedokteran Klinis*. 5th edn. Jakarta: EGC.
- Perry, A. G., Potter, P. A. and R.Ostendorf, W. (2016) *Nursing interventions&Clinical skills*. sixth. St Louis Missouri: Elsevier Riverport Lane.
- Potter, P. A. and Perry, A. G. (2006) *Fundamentals of Nursing concepts, process and practice*. Jakarta: EGC.
- Smeltzer, B., Hinkle, J. and Chever, K. (2008) *Brunner and Suddarth's textbook of medical surgical nursing*. 11th edn. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Tanto, C. *et al.* (2014) *Kapita Selekta Kedokteran*. 4th edn. Jakarta: Media Aesculapius.