

Gambaran tekanan darah pada lansia di Padukuhan Dogongan Imogiri

Suri Salmiyati^{1*}, Naufal Fadhila², Raudhatul Jannah¹, Renafa Septi Anggraini³, Ba'ri Sofyana⁴, Areta Maurindha Pratiwi⁵, Graphy Rismawati⁶, Alvita Lizora Puspawati¹, Nurhidayah Dewi Pramesthi¹, M Jujun Nurjaman⁷

¹S1 Keperawatan, Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

²S1 Teknologi Informasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³S1 Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁴S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁵S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁶S1 Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Ekonomi, dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

⁷S1 Akuntansi, Fakultas Ilmu Sosial, Ekonomi, dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email suri_salmiyati@unisayogya.ac.id*, nfnaufal55@gmail.com, roudhatulj02@gmail.com, anggrasepti12@gmail.com, barisofyana76@gmail.com, aretamaurindha@i.cloud.com, graphyrismhawati29@gmail.com, alvitalizora27@gmail.com, nurhidayahdewipramesthi28@gmail.com, mjujun.nurjaman@gmail.com

Abstrak

Lansia, sebagai kelompok usia yang menghadapi berbagai tantangan kesehatan, semakin memerlukan perhatian khusus dalam pemantauan kesehatannya. Dengan peningkatan signifikan jumlah lansia dan prevalensi hipertensi yang tinggi di Indonesia, penting untuk melakukan skrining kesehatan secara berkala. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode observasional deskriptif untuk mengevaluasi tekanan darah pada lansia di Padukuhan Dogongan. Pada tanggal 18 Agustus 2024, dilakukan skrining terhadap 12 lansia menggunakan tensi digital dan manual. Hasilnya menunjukkan bahwa 42% dari lansia yang diperiksa memiliki tekanan darah di atas normal (>140/90 mmHg), sementara 58% memiliki tekanan darah dalam batas normal (<140/90 mmHg). Mayoritas peserta adalah perempuan dan kelompok usia terbagi rata antara 60-65 tahun dan 66-75 tahun. Kegiatan ini mendapatkan tanggapan positif dan berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan, khususnya dalam mengelola tekanan darah melalui pola makan dan gaya hidup sehat. Pengabdian masyarakat ini menekankan perlunya pemeriksaan kesehatan lanjutan untuk lansia dengan tekanan darah tinggi dan menunjukkan pentingnya edukasi berkelanjutan untuk menjaga kesehatan lansia secara keseluruhan.

kata kunci: kesehatan lansia, hipertensi, skrining tekanan darah

Overview of blood pressure in the elderly in Dogongan Imogiri Village

Abstract

Elderly individuals, as a vulnerable age group, face numerous health challenges that necessitate close monitoring. With a significant increase in the elderly population and high prevalence of hypertension in Indonesia, regular health screenings are crucial. This study employs a descriptive observational method to assess blood pressure among elderly residents of Padukuhan Dogongan. On August 18, 2024, blood pressure screening was conducted for 12 elderly individuals using both digital and manual sphygmomanometers. The results indicated that 42% of the participants had blood pressure readings above normal (>140/90 mmHg), while 58% had readings within the normal range (<140/90 mmHg). The majority of participants were female, and the age distribution was evenly split between 60-65 years and 66-75 years. The activity received positive feedback and successfully raised awareness about the importance of health maintenance, particularly in managing blood pressure through healthy eating and lifestyle choices. The study underscores the need for follow-up health examinations for elderly individuals with high blood pressure and highlights the importance of ongoing education to promote overall health among the elderly.

keyword: elderly health, hypertension, blood pressure screening

1. Pendahuluan

Lansia merupakan tahap terakhir proses perjalanan dalam kehidupan manusia sejak lahir sampai mencapai usianya lebih dari 60 tahun. Berdasarkan UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, yang menjelaskan tentang lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun (enam puluh) tahun keatas. Jumlah lansia di dunia ada 703 juta orang berusia 65 tahun atau lebih tahun 2019. Jumlah

orang lanjut usia diproyeksikan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050. Secara global, pangsa populasi berusia 65 tahun atau lebih meningkat dari 6 persen pada tahun 1990 menjadi 9 persen pada tahun 2019 (Hanum & Lubis, 2017). Populasi lansia di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2018 diproyeksikan sebesar 27,08 juta jiwa atau 9,99% dari seluruh total penduduk di Indonesia Riskesdas, 2018 (Wibowo & Zen, 2019). Semakin meningkatkan jumlah lansia, permasalahan kesehatan juga semakin meningkat. Penyakit hipertensi sebanyak 63,5%, diabetes mellitus 5,7%, penyakit jantung 4,5%, stroke 4,4%, gangguan ginjal 0,8% dan lansia yang menderita kanker sebanyak 0,4% (B et al., 2021). Hipertensi termasuk ke dalam salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Menurut Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2018, terjadi peningkatan jumlah masyarakat yang mengidap hipertensi di Indonesia dari angka prevalensi 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1%, dan menjadi penyebab 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia pada tahun 2016 (Handayani, Mistar, 2021). Berdasarkan data hasil Riskesdas 2018, prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83 persen) (Sinaga et al., 2022).

Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan dengan pedesaan (37,01 persen) prevalensi hipertensi di Yogyakarta adalah sebesar 32,86% lebih rendah dari angka nasional (34,11%). Angka prevalensi tersebut menempatkan Yogyakarta pada urutan ke-12 sebagai provinsi dengan hipertensi (Riskesdas. 2018). Lansia secara keseluruhan akan mengalami penurunan biologis. Menurunnya masa tulang dan masa otot sehingga akan menyebabkan terjadinya penurunan keseimbangan yang sangat beresiko terhadap kejadian jatuh pada lansia (Komalasari et al., 2020). Seiring meningkatnya usia maka akan meningkatkan risiko peningkatan tekanan darah sistolik sedangkan diastolik meningkat hanya sampai usia 55 tahun (Anggraini et al., 2020). Banyak faktor yang diketahui berperan terhadap peningkatan risiko hipertensi misalnya umur, jenis kelamin, indeks massa tubuh, merokok dan gaya hidup (Sari et al., 2022). Salah satu faktor yang dapat dimodifikasi adalah gaya hidup, gaya hidup modern yang dipraktikkan oleh mayoritas manusia di dunia dengan serba instan (Sumaryati, 2018). Hal ini mengakibatkan manusia akan cenderung untuk bergerak dan suka untuk mengkonsumsi makanan cepat saji yang kita ketahui bahwa memiliki kandungan natrium yang cukup tinggi (B et al., 2021). Terjadinya hipertensi pada lansia merupakan penyebab terbesar terjadinya stroke, gagal ginjal, penyakit jantung coroner, dan dapat menyebabkan kematian (Istichomah, 2020). Faktor risiko berperan penting terhadap hipertensi pada pekerja apabila faktor risiko diketahui maka pencegahan akan mudah untuk dilakukan (Nugroho, 2020)

Telah dilakukan skrining menggunakan tensi digital dan tensi manual terhadap lansia di Padukuhan Dogongan pada tanggal 18 Agustus. Dari hasil skrining 12 lansia, 5 diantaranya mendapatkan hasil tekanan darah di atas normal yaitu >140/90 mmHg dan 7 mendapatkan hasil tekanan darah normal yaitu <140/90 mmHg. Setelah dilakukan skrining untuk lansia dengan hasil di atas normal dan beresiko hipertensi, peneliti menyarankan untuk segera melakukan pemeriksaan lebih lanjut di Puskesmas Imogiri II dengan pendampingan kader Padukuhan Dogongan tersebut.

2. Metode

Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan observasional deskriptif dengan tujuan untuk melihat gambaran tekanan darah lansia di Padukuhan Dogongan. Sumber data yang digunakan menggunakan data primer dengan teknik pengumpulan data nama, umur, jenis kelamin, dan hasil tekanan darah tersebut (Wakarmamu, et al., 2020). Kegiatan skrining tekanan darah pada lansia ini dilakukan selama 1 hari yaitu pada hari tanggal Minggu, 18 Agustus 2024 bersamaan dengan Perayaan Hari Kemerdekaan RI Ke-79. Kelompok sasaran ini adalah lansia di Padukuhan Dogongan baik laki-laki atau perempuan dengan kondisi fisik yang memungkinkan untuk melakukan kegiatan ini dengan jumlah sekitar 12 orang yang terdiri dari 3 RT. Rancangan dari kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan pengukuran tensimeter dan menjelaskan tentang tujuan dari kegiatan yang akan dilaksanakan.

Proses kerja sama dilakukan bersama karang taruna di padukuhan dogongan. Pelaksanaan dimulai dari mengumpulkan beberapa warga kemudian mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan seperti tensi, formulir, meja dan kursi. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan tekanan darah terhadap masyarakat

padukuhan dogongan khususnya lansia, dan dilanjutkan dengan penyusunan laporan setelah kegiatan selesai.

3. Hasil dan Pembahasan

Dalam pelaksanaan kegiatan ini secara keseluruhan berjalan dengan baik dan lancar, warga Padukuhan Dogongan khususnya lansia sangat *excited* dalam mengikuti kegiatan ini. Salah satu faktor penting yang mendukung dalam membantu kelancaran seluruh kegiatan adalah adanya dukungan serta partisipasi warga masyarakat Padukuhan Dogongan yang sangat antusias dan ramah terhadap tim pelaksana kegiatan. Adanya dukungan penuh dari mitra kerjasama dari perangkat desa, kepala dukuh, rt, dan tokoh masyarakat lainnya serta warga lainnya juga sangat membantu dalam keberlangsungan kegiatan ini. Kegiatan ini mendapatkan respon positif dari masyarakat khususnya lansia yang ikut berpartisipasi dalam program kegiatan ini ditunjukkan dengan sangat baik dan bersemangat.

Hasil dari kegiatan ini adalah bertambahnya edukasi masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri lebih tepatnya menjaga pola hidup agar tidak terjadi peningkatan tekanan darah dan mengurangi konsumsi yang mengandung natrium. Selain itu dapat tergambarkan dengan mengikuti partisipasi para lansia dalam menjalankan program pengecekan tekanan darah yang dilaksanakan secara bersamaan dengan kegiatan yang dilaksanakan oleh karang taruna padukuhan Dogongan. Kegiatan awal yang dilakukan yaitu dengan melakukan pendaftaran terhadap lansia oleh tim pelaksana. Selanjutnya tim melaksanakan pengecekan tekanan darah berdasarkan urutan kedatangan dengan satu persatu lansia secara bergantian. Setelah mengetahui hasil tekanan darah, kemudian tim memberikan konseling atau arahan terhadap lansia yang mengalami tekanan darah tinggi maupun yang mengalami tekanan darah rendah.

Pengecekan tekanan darah merupakan salah satu bentuk kegiatan dimana dengan pengecekan secara berkala atau teratur dapat membantu mengetahui tekanan darah pada lansia. Saat lansia mengetahui angka tekanan darahnya, kemudian dapat menjaga pola makan atau pola hidupnya jika tekanan darahnya tinggi. Selain itu juga dapat membantu menjaga kesehatan lansia khususnya di Padukuhan Dogongan.

Subjek dalam pengabdian masyarakat ini adalah lansia yang berada di Padukuhan Dogongan. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat diketahui beberapa karakteristik responden pengabdian masyarakat ini antara lain karakteristik berdasarkan usia dan jenis kelamin.

3.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Berikut tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada lansia sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan usia pada lansia

| No | Umur | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------|-------|-----------|----------------|
| 1 | 60-65 | 6 | 50 |
| 2 | 66-75 | 6 | 50 |
| Total | | 12 | 100 |

Berdasarkan tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada lansia diketahui bahwa sama rata yaitu usia 60-65 sebanyak 50% dan usia 66-75 sebanyak 50%.

3.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia

| No | Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------|---------------|-----------|----------------|
| 1 | Laki-laki | 3 | 25 |
| 2 | Perempuan | 9 | 75 |
| Total | | 12 | 100 |

Berdasarkan tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia diketahui bahwa kelompok perempuan mempunyai frekuensi paling banyak yaitu 75% dan laki-laki sebanyak 25%.

3.3. Distribusi Hasil Tekanan Darah

Berikut tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah sebagai berikut :

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tekanan darah

| No | Hasil Tekanan Darah | Frekuensi | Presentase |
|--------------|---------------------|-----------|------------|
| 1 | <140/90 | 7 | 58 |
| 2 | >140/90 | 5 | 42 |
| Total | | 12 | 100 |

Berdasarkan tabel 3.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tekanan darah diketahui bahwa kelompok tekanan darah >140/90 mmHg sebanyak 7 dan <140/90 mmHg sebanyak 5 responden.



Gambar 1

4. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa lansia, yang merupakan kelompok usia rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, memerlukan perhatian khusus dalam hal pemantauan kesehatan. Peningkatan jumlah lansia dan prevalensi hipertensi yang tinggi di Indonesia menunjukkan urgensi untuk melakukan skrining kesehatan secara berkala. Pengabdian masyarakat ini, yang menggunakan metode observasional deskriptif, melibatkan pengukuran tekanan darah pada lansia di Padukuhan Dogongan dan memberikan edukasi serta arahan berdasarkan hasil pengukuran tersebut.

Hasil dari skrining menunjukkan bahwa 42% dari 12 lansia yang diperiksa memiliki tekanan darah di atas normal, sementara 58% memiliki tekanan darah dalam batas normal. Mayoritas partisipan adalah perempuan dan kelompok usia terbagi rata antara 60-65 tahun dan 66-75 tahun. Kegiatan ini mendapatkan tanggapan positif dari masyarakat dan berhasil meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kesehatan, khususnya mengenai pola makan dan gaya hidup untuk mengontrol tekanan darah.

Secara keseluruhan, skrining ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan menekankan perlunya pemeriksaan lebih lanjut bagi lansia dengan tekanan darah tinggi. Kegiatan ini juga menunjukkan perlunya edukasi berkelanjutan tentang gaya hidup sehat untuk menjaga kesehatan lansia.

5. Ucapan terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih kepada para lansia yang telah berpartisipasi dalam proses ini. Dukungan dari masyarakat khususnya lansia di Padukuhan Dogongan. Semoga hasil dari pengabdian ini dapat bermanfaat bagi penganbdi di masa mendatang.

Daftar Pustaka

- Anggraini, A. A., Putri, V. S., & Nuranti, Z. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dan Pemberian Daun Seledri pada Pasien dengan Hipertensi di Wilayah RT 10 Kelurahan Murni. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 30. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.89>
- B, H., Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Handayani, Mistar, I. (2021). Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Lansia Di Puskesmas Alue Pineung Langsa Timur. *Jurnal Ilmu Olahraga, Kesehatan Dan Rekreasi*, 4(1), 9–15.
- Hanum, P., & Lubis, R. (2017). HUBUNGAN KARAKTERISTIK DAN DUKUNGAN KELUARGA LANSIA DENGAN KEJADIAN STROKE PADA LANSIA HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM PUSAT HAJI ADAM MALIK MEDAN Support from the Elderly Families, Stroke in the Elderly with Hypertension. *Jumantik*, 3(1), 72–88.
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.369>
- Komalasari, T., Permatasari, T. A. E., & Supriyatna, N. (2020). Pengaruh Edukasi Dengan Metode Peer Group Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(5), 184. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i5.1114>
- Nugroho, A. (2020). Persepsi Anak Muda Terhadap Keberadaan Lansia Di Indonesia. *Journal of Urban Sociology*, 2(2), 44. <https://doi.org/10.30742/jus.v2i2.996>
- Sari, R., Putri, M., Devi, H. M., & Kesehatan, F. I. (2022). *Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Hipertensi*. 7(April), 73–78.
- Sinaga, S. R., Yosafat Timothy Limbong, Rawatri Sitanggang, Silvia Ningsih Berutu, & Stanley Abdi Sitorus. (2022). Hubungan interaksi sosial ke rumah lansia dalam mengurangi rasa kesepian. *Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 1(4), 552–559. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Sumaryati, M. (2018). Studi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Keluarga Ny”M” Dengan Hipertensi Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 6(2), 6–10. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v6i2.54>
- Wakarmamu, T. (n.d.). *No Title*.
- Wibowo, D. A., & Zen, D. N. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Arthritis Rheumatoid Pada Lansia Di Desa Pamalayan Kecamatan Cijeungjing Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(1). <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i1.1770>