

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia  
Volume 2, Nomor 10, Januari 2024, Halaman 1-4  
Licenced by CC BY-SA 4.0  
ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.5281/zenodo.10496890)  
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10496890>

## Pendidikan Kesehatan Media Booklet Dalam Manajemen Hipertensi Pada Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Rs Nurul Hasanah Tahun 2023

Arif Irpan Tanjung<sup>1</sup>, Ranida Arsi<sup>2</sup>, Andre Utama Saputra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane, Aceh Tenggara

<sup>2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kebidanan dan keperawatan Universitas Kader Bangsa

Email: [Arifirpan3@gmail.com](mailto:Arifirpan3@gmail.com)

### Abstrak

Hipertensi sering disebut *the silent* karena tidak bergejala sehingga banyak orang tidak menyangka kalau dirinya mengidap hipertensi, sampai akhirnya muncul komplikasi yang mengakibatkan kerusakan organ (Herwati & Deliria, 2021). Selain itu pengertian hipertensi suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus (Muriyati and Yahya, 2018). Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Purnawan, 2020).. Pemberian edukasi dalam bentuk pendidikan kesehatan tentang Hipertensi pada Lansia merupakan strategi pendidikan kepada para Lansia. Kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan secara penuh Lansia sesuai sasaran yaitu pada lansia yang Terdapat Hipertensi, mulai dari kegiatan edukasi yakni Pendidikan Kesehatan Media Booklet Dalam Manajemen Hipertensi Pada Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Rs Nurul Hasanah Tahun 2023. Hasil bahwa Ada Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Rs Nurul Hasanah

**Kata kunci:** Pendidikan Kesehatan, Media Booklet, Hipertensi, Lansia.

---

#### Article Info

Received date: 15 Desember 2023

Revised date: 28 December 2023

Accepted date: 10 Januari 2024

### PENDAHULUAN

Keperawatan gerontik adalah suatu pelayanan professional yang berdasarkan ilmu & kiat keperawatan yang berbentuk bio-psiko-sosial-spiritual & cultural yang holistic ditujukan pada klien lanjut usia baik sehat maupun sakit pada tingkat individu, keluarga, kelompok & masyarakat (Azizah, 2011).

Hipertensi sering disebut *the silent killer* (pembunuh diam-diam) karena tidak bergejala sehingga banyak orang tidak menyangka kalau dirinya mengidap hipertensi, sampai akhirnya muncul komplikasi yang mengakibatkan kerusakan organ (Herwati & Deliria, 2021). Selain itu pengertian hipertensi suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus (Muriyati and Yahya, 2018). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting diseluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat.

Kementerian Kesehatan (2019) Indonesia mulai memasuki periode aging population, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Di Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan dapat diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%).

Hipertensi pada lansia disebabkan oleh penurunan elastisitas dinding aorta, penebalan katub jantung yang membuat kaku katub, menurunnya kemampuan memompa jantung, kehilangan elastisitas pembuluh darah perifer, dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer Penyebab lansia menderita hipertensi diatas karena kemunduran fungsi kerja tubuh (Nurarif A.H. & Kusuma H., 2016).

Hal ini yang membuat hipertensi sebagai silent killer (Kemenkes, 2018), orang-orang akan tersadar memiliki penyakit hipertensi ketika gejala yang dirasakan semakin parah dan memeriksakan

diri ke pelayanan kesehatan. Ada banyak yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia. Diantaranya adalah umur, berat badan, konsumsi garam, dan aktifitas fisik. Hal ini disebabkan karena pada lansia semakin bertambahnya usia maka elastisitas kulit dan pembuluh darah akan menurun, sehingga menyebabkan terjadinya gangguan seperti kekakuan sendi-sendi dan aliran darah yang tidak normal menuju ke otak, seiring bertambahnya usia akan meningkatkan kejadian hipertensi (Gama, dkk., 2015).

Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi, yaitu usia, riwayat keluarga, etnis, jenis kelamin, merokok, obesitas, stres, aktivitas olahraga, asupan garam (natrium) dan konsumsi alkohol. Hipertensi merupakan hasil dari interaksi gen yang beragam, sehingga tidak ada tes genetik yang dapat mengidentifikasi orang yang berisiko untuk terjadi hipertensi secara konsisten.

Pada lanjut usia terjadi kemunduran fungsi tubuh dimana salah satunya adalah kemunduran fungsi kerja pembuluh darah. Penyakit yang sering dijumpai pada golongan lansia yang disebabkan karena kemunduran fungsi kerja pembuluh darah yaitu salah satunya hipertensi atau tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan suatu penyakit akibat meningkatnya tekanan darah arterial sistemik baik sistolik maupun diastolik (Aspiani, 2014).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2011 menunjukkan satu milyar orang di dunia menderita hipertensi, 2/3 penderita hipertensi berada di Asia berkembang. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat dan diprediksi tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi. Hipertensi telah menyebabkan banyak kematian sekitar 8 juta orang setiap tahunnya, dan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara dengan 1/3 populasinya menderita hipertensi (Kemenkes, 2017).

Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Purnawan, 2020).

Penyakit Hipertensi merupakan penyebab utama kematian diseluruh dunia, dan diperkirakan tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan sekitar sepertiga dari orang dewasa di Asia penderita hipertensi. Penyakit ini terus meningkat secara global. Diprediksi pada tahun 2025 sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia akan mengidap hipertensi (WHO, 2015). Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukan distribusi penduduk Indonesia yang menderita hipertensi sebesar 34,1% mengalami peningkatan 8,3% dari tahun 2013 (KEMENKESRI, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari rekam medis Rs Nurul Hasanah jumlah kasus hipertensi pada lansia pada tahun 2018 berjumlah 101 kasus, tahun 2019 berjumlah 82 kasus, tahun 2020 berjumlah 91 kasus dan tahun 2021 dari Januari-Mei jumlah penderita hipertensi pada lansia berjumlah 76 kasus (Rs Nurul Hasanah, 2023).

Pendidikan kesehatan ditujukan pada Lansia yang menderita Hipertensi, demi terciptanya Lansia menjadi lebih baik. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk meningkatkan Kemampuan Lansia Melakukan Senam Kebugaran Dalam Penurunan Tekanan Darah. Hasil dari pengabdian ini diharapkan dapat Meningkatkan dan Sadar dalam Pencegahan Hipertensi

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Rs Nurul Hasanah pada hari Rabu - Kamis Tanggal 17-18 Mei 2023. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan kepada 50 orang di Halaman Rs Nurul Hasanah

Kegiatan berupa pemberian Pendidikan Kesehatan berupa Media Booklet. Edukasi tentang Hipertensi diberikan melalui tahapan pada umumnya yaitu pembukaan, pelaksanaan, evaluasi dan terminasi. Metode yang digunakan adalah Media Booklet berupa Buku Lembar Balik, serta pembagian leaflet tentang Hipertensi. Edukasi ini dilakukan di Halaman Rs Nurul Hasanah. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya Caya Pencegahan Hipertensi secara mandiri.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dengan lancar dan penuh antusias, dengan sasaran Lansia yang Terkena Hipertensi di Rs Nurul Hasanah, dapat terlihat pada daftar hadir peserta masing-masing berjumlah 50 orang. Selain itu, Pada pelaksanaannya Senam peserta menyimak dengan baik. Setelah menyimak yang diberikan, para peserta paham bahwa Hipertensi dapat di cegah dengan pola hidup sehat serta makan makan Yang banyak mengandung zat garam serta Kontrol setiap bulan nya di Rs Nurul Hasanah.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya Pencegahan Hipertensi yang benar dan tepat, adanya peningkatan perubahan sikap positif tentang Hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi salah satu sarana Lansia untuk mengetahui tentang Pencegahan Hipertensi secara tepat.

Pengetahuan tentang Hipertensi pada Lansia mengalami peningkatan pengetahuan. Dijelaskan bahwa pengetahuan Lansia sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebagian besar yaitu 47 Lansia (80.3%) berpengetahuan baik, sebagian kecil yaitu 2 Lansia (40%) berpengetahuan cukup dan sebagian kecil yaitu 1 Lansia (4.7%) berpengetahuan kurang, sedangkan pengetahuan Lansia sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang Hipertensi mengalami peningkatan yaitu seluruhnya yaitu 25 Lansia (100%) berpengetahuan baik. Hasil tersebut sesuai dengan target kegiatan pengabdian yaitu meningkatkan pengetahuan Lansia dalam kategori baik lebih dari 50%.



Gambar 1. Peserta lansia

Pengetahuan Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal dan pembuluh darah dan makin tinggi tekanan darah, makin besar resikonya. (Amin & Hardhi 2018). Pengetahuan tentang Diet Hipertensi adalah diet bagi penderita hipertensi yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal, selain itu diet hipertensi juga bertujuan untuk menurunkan factor resiko hipertensi lainnya seperti berat badan berlebih, tinggi kolestrol dan Asam Urat dalam darah.

## SIMPULAN

Kegiatan yang dilakukan mulai dari edukasi tentang Hipertensi, Media Booklet dengan baik. Dilihat dari meningkatnya pengetahuan Lansia tentang Hipertensi yang dilakukan dengan menggunakan metode Media Booklet dan media leaflet diikuti Lansia yang positif terhadap Hipertensi. Kegiatan DiLakukan Lansia aktif bertanya dan diskusi tentang Hipertensi, Lansia juga mengikuti semua kegiatan dari awal sampai akhir dengan semangat. Kegiatan pengabdian masyarakat yang berkaitan dengan Hipertensi sangat dibutuhkan karena masih banyak Lansia Kurang Pengetahuan. Penjelasan tentang Hipertensi dalam bentuk senam memberikan banyak pengaruh untuk perilaku Lansia dalam Pencegahan Hipertensi. Kegiatan konseling merupakan kegiatan edukasi yang dilakukan langsung kepada Lansia.

## REFERENSI

- Amin Hardi. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis Jilid 3*. Jogjakarta: Mediacion Publishing.
- Ardiansyah, M. (2012). *Medikal Bedah*. Yogyakarta: DIVA Press.

- Aspiani, R.Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Aspiani, R. Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC.
- Brunner & Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah*. (Monica Ester, Ed.). Jakarta.
- Saputra, A. U., Ariyani, Y., & Dewi, P. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Lingkungan Fisik Dan Kebiasaan Keluarga Terhadap Penyakit Demam Berdarah Dengue (Dbd). *Jurnal'aisyiyah Medika*, 8(2).
- Saputra, A. U., Mulyadi, B., & Banowo, B. S. (2021). Systematic Review: Efektivitas Beberapa Metode Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Remaja Tentang Sadari. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 365-380.
- Tanjung, A. I., Mardiono, S., & Saputra, A. U. (2023). Pendidikan Kesehatan Senam Bugar Dalam Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Rsud Kayuagung Tahun 2023. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4).
- Mardiono, S., Tanjung, A. I., & Saputra, A. U. (2023). Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Tahun 2023. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6).
- Ariyani, Y., Saputra, A. U., & Dewi, P. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Demam Berdarah Puskesmas Sako Palembang Tahun 2022. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(5).
- Sari, E. P., Amalia, R., Afrika, E., Saputra, A. U., Minarti, M., & Anggraini, A. (2023). Peningkatan Pengetahuan Mengonsumsi Kapsul Vitamin A Di Uptd Puskesmas Pengandonan Kecamatan Pengandonan Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2023. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 6669-6672.
- Saputra, A. U., & Mardiono, S. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Perawatan Lansia Dengan Kejadian Stroke Di Rumah. *Indonesian Journal Of Community Service*, 2(2), 188-193.
- Saputra, & Mardiono, S. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Perawatan Lansia Dengan Kejadian Stroke Di Rumah. *Indonesian Journal Of Community Service*, 2(2), 188-193.
- Mardiono, S., & Saputra, A. U. (2022). Penyuluhan Dukungan Keluarga Dalam Pemberian Obat Pada Pasien Tb Paru Di Puskesmas 23 Ilir Kota Palembang 2022. *Indonesian Journal Of Community Service*, 2(4), 428-433.
- ANDRE, U. S. (2021). *Efektivitas Beberapa Metode Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Remaja Tentang Sadari (Systematic Review)* (Doctoral Dissertation, UNIVERSITAS ANDALAS).
- Afrika, E., Amalia, R., Saputra, A. U., & Minarti, M. (2022). Penyuluhan Peningkatan Pengetahuan Tentang Status Gizi Balita Di Puskesmas Gardu Harapan Musi Banyuasin Tahun 2022. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 1(1).
- Saputra, IrwadiTanjung, Afdhal., Arsi. *Buku Ajar Keperawatan Komunitas II*. Penerbit Adab.
- Kesuma, Putri, Meliyani., Saputra, Elviani, *Keperawatan Keluarga*. Penerbit Adab.
- Ariyani,., Saputra, & Adab, P. *Buku Ajar Praktik Lab Keperawatan Keluarga*. Penerbit Adab.
- Fatrida, Elviani, (2022). *Asuhan Keperawatan Keluarga Dan Komunitas: Upaya Pencegahan Kanker Payudara Anak Usia Remaja*. Penerbit Adab.
- Gani, A. *Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara (Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Remaja)*. Penerbit Adab.
- Afdhal., & Ariani. *Buku Ajar Praktik Lab Keperawatan Komunitas Ii*. Penerbit Adab.
- Irwadi, I., & Fatrida, D. (2023). Penyuluhan Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling Tahun 2022. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4).