

Pelatihan Deteksi Dini Penyakit Hipertensi Wanita Pasca Menopause pada Kader Posyandu Lansia

Marni^{1*}, Totok Wahyudi², Dessy Norma Siska Savitri³, Abu Bakar Ash-Shidik⁴

Prodi S1 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Surakarta, Indonesia¹

Prodi S1 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Surakarta, Indonesia²

Prodi S1 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Surakarta, Indonesia³

Prodi D3 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Surakarta, Indonesia⁴

marni@udb.ac.id^{1*}, Totok_wahyudi@udb.ac.id, Dessynourma@gmail.com,

abubakarashsidik@gmail.com

*Corresponding Author

Submit: 15 November 2022; revisi: 6 Desember 2022, diterima: 8 Desember 2022

ABSTRAK

Program kemitraan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman kader terkait penyakit hipertensi khususnya dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada wanita pasca menopause. Dengan mengaktifkan kader kesehatan di dusun Borowatu, Ngasinan, Bulu terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi diharapkan kader kesehatan dapat memahami pencegahan penyakit hipertensi dapat meningkat sehingga mampu berperan dalam mencegah dan menurunkan prevalensi penyakit hipertensi pada wanita pasca menopause. Survei awal dilakukan oleh ketua tim pengabdian. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan undangan kepada peserta pengabdian dan dilakukan pretest serta mengisi kuesioner. Setelah itu masuk tahap inti yaitu memberikan pelatihan dengan metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi, dilanjutkan dengan praktik oleh kader posyandu. Pada akhir pelatihan, dilakukan posttest kuisisioner pada kader posyandu. Kemudian dilanjutkan dengan evaluasi. Kader melakukan praktik dengan didampingi oleh tim pengabdian, untuk mengetahui sejauh mana kemampuan kader dalam melakukan pemeriksaan. Setelah semua warga melakukan pemeriksaan tekanan darah, fase terakhir adalah fase terminasi, yaitu dengan pengembangan kemampuan kader posyandu tentang pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah. Pelatihan pada kader posyandu telah berjalan dengan baik, para peserta kader kesehatan dan warga masyarakat yang terdiri dari ibu-ibu wanita pasca menopause sangat antusias mengikuti kegiatan sampai selesai. Tujuan juga telah tercapai yaitu para kader mampu melakukan deteksi dini penyakit hipertensi.

Kata kunci: Deteksi, diabetes, hipertensi, pelatihan

ABSTRACT

This community service aims to increase the understanding of cadres related to hypertension, especially in the prevention and control of hypertension in postmenopausal women. By activating health cadres in the hamlets of Borowatu, Ngasinan, Bulu regarding the prevention and control of hypertension, it is hoped that health cadres can understand the prevention of hypertension and can increase so that they can play a role in preventing and reducing the prevalence of hypertension in postmenopausal women. The initial survey was carried out by the head of the service team. Then proceed with giving invitations to service participants and conducting pretests and filling out questionnaires. After that, it entered the core stage, namely providing training using the lecture method, questions and answers and demonstrations, followed by practice by posyandu cadres. At the end of the training, a posttest questionnaire was conducted on posyandu cadres. Then proceed with the evaluation. Cadres carry out practices accompanied by a service team, to find out the extent of the cadre's ability to carry out

inspections. After all residents have checked their blood pressure, the last phase is the termination phase, namely by developing the ability of Posyandu cadres regarding carrying out blood pressure checks. The training for posyandu cadres has gone well, the health cadre participants and community members consisting of postmenopausal women were very enthusiastic about participating in the activity until it was finished. The goal has also been achieved, namely the cadres are able to carry out early detection of hypertension.

Keywords: Detection, diabetic, hypertension, training



Copyright © 2022 The Author(s)

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah, yang gejalanya lebih lanjut menargetkan organ seperti stroke, penyakit jantung koroner, pembuluh darah serta otot jantung. Penyakit ini telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia dan beberapa negara di dunia. Ditahun 2018, Riskesdas menemukan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia semakin tinggi dari yang sebelumnya 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,11% di tahun 2018. Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat.

Penyakit ini merupakan kelompok penyakit tidak menular serta termasuk dalam beberapa penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan. Dampak negatif yang cukup besar bisa terjadi karena penyakit tidak menular ini merupakan penyakit kronis. Dampak yg ditimbulkan oleh penyakit hipertensi cukup parah sehingga memerlukan penanganan yang baik oleh tenaga kesehatan. Hal ini dapat dilakukan melalui deteksi dini pada masyarakat untuk menurunkan angka hipertensi dan diikuti dengan peningkatan sarana serta fasilitas pengobatan hipertensi di puskesmas.

Kader Posyandu merupakan garda pertama dalam menjangkau masyarakat ketika tenaga kesehatan tidak ada atau ketika masyarakat sulit mendapatkan akses ke tenaga kesehatan. Kader kesehatan dapat menjadi perpanjangan tangan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang status kesehatan nya. Selain itu, kader posyandu sebagai garda terdepan dalam penyaluran pengetahuan, pemahaman serta keterampilan dalam menangani berbagai macam penyakit degeneratif khususnya hipertensi, sehingga kader menjadi sangat penting untuk mendapatkan pemahaman tentang penyakit hipertensi itu sendiri dan berkenaan dengan upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi khususnya pada wanita pasca menopause .

Masyarakat Borowatu merupakan salah satu dusun yang ada di Desa Ngasinan, Sebelah utara berbatasan dengan Sungai Bengawan Solo, sebelah timur berbatasan dengan Desa Karangasem dan Desa Lawu, sebelah selatan berbatasan dengan desa Bulu, dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Lengking, Malangan dan Puron (Ensiklopedia, 2020). Studi pendahuluan yang dilakukan pada kader posyandu lansia di dusun Borowatu, Desa Ngasinan, kecamatan Bulu, Kabupaten Sukoharjo diperoleh data bahwa di Borowatu terdapat banyak wanita pasca menopause, namun saat dilakukan wawancara kepada 5 kader posyandu lansia, mereka belum mengerti tentang penyakit yang timbul pada wanita pasca menopause dan belum bisa melakukan deteksi dini secara mandiri / belum bisa melakukan pemeriksaan tekanan darah.

Program kemitraan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman kader terkait penyakit hipertensi khususnya dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada wanita pasca menopause. Dengan adanya pemberdayaan kepada kader kesehatan di dusun Sukosari terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi diharapkan pemahaman kader kesehatan terkait upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dapat meningkat sehingga mampu ikut berperan dalam mencegah dan menurunkan prevalensi penyakit hipertensi pada wanita pasca menopause di dusun Borowatu, Desa Ngasinan, kecamatan Bulu, Kabupaten Sukoharjo.

METODE

Survey awal dilakukan oleh ketua tim pengabdian (Marni) setelah diperoleh data dan masalah, selanjutnya berkoordinasi dengan ketua posyandu dan Puskesmas Bulu mencari solusi dari permasalahan, dan diperoleh kesepakatan dengan kader bahwa solusi untuk mengatasi masalah tersebut adalah pelatihan deteksi dini penyakit degeneratif pada kader posyandu. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan undangan kepada peserta pengabdian dan dilakukan pretest serta mengisi kuesioner pengetahuan tentang wanita menopause, penyakit degeneratif Hipertensi. Setelah itu masuk tahap inti yaitu memberikan pelatihan dengan metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi, dilanjutkan dengan praktek pemeriksaan tekanan darah bagi para kader posyandu. Pada akhir pelatihan, dilakukan posttest dengan cara mengisi kuesioner yang sama dan praktek melakukan pemeriksaan tekanan darah kepada para wanita pasca menopause. Setelah selesai, data yang didapat dibandingkan hasil pretest dan hasil post test, setelah itu dianalisis. Kemudian dilanjutkan dengan tahap evaluasi, Pada tahap ini dilakukan follow up terkait keberhasilan program yaitu dengan mengobservasi para kader dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat / wanita menopause, sekaligus mengadakan penguatan kepada para kader serta memberikan laporan setelah hasil pengamatan selesai dilakukan, juga berpamitan setelah memberikan laporan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan berisi pelaksanaan kegiatan, kendala yang dihadapi, dampak, dan upaya keberlanjutan kegiatan. Isi hasil dan pembahasan dapat berupa jbaran hasil dan temuan selama melakukan kegiatan pengabdian. Konten ini disajikan dalam bentuk teks yang dilengkapi dengan tabel, gambar, ataupun grafik. Hindari hasil yang hanya berupa angka, namun dapat mendeskripsikan apa yang menjadi temuan saat kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut berlangsung, respon masyarakat dan ketercapaian dari kegiatan.

Pengabdian masyarakat yang berjudul “Pelatihan Deteksi Dini penyakit degeneratif Wanita Pasca Menopause pada Kader Posyandu Lansia Desa Ngasinan, Bulu, Sukoharjo” telah berhasil dilaksanakan pada hari Selasa - Rabu, tanggal 13-14 September 2022, di Rumah Bapak Hadi Sukatmo, Borowatu, Kelurahan Ngasinan Bulu Kabupaten Sukoharjo. Peserta dalam kegiatan tersebut adalah anggota kader kesehatan Anggrek 4 Kelurahan Ngasinan dan masyarakat warga Borowatu terutama para wanita pasca menopause yang ingin dan bersedia menerima pelatihan / penyuluhan oleh tim pengabdi. Yang berjumlah 40 warga masyarakat wanita dan 6 kader kesehatan.

Kegiatan pelatihan dimulai dengan fase orientasi yaitu perkenalan tim pengabdi dengan warga masyarakat dan kader posyandu, dilanjutkan dengan pretes / mengukur kemampuan

para kader untuk melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu dan pemeriksaan tekanan darah. Setelah dilakukan pretes, lanjut fase kedua yaitu tim pengabdian mulai memberikan pelatihan tentang penyakit degeneratif yaitu Materi pertama terkait deteksi dini penyakit hipertensi pada wanita pasca menopause, dan materi kedua tentang deteksi dini pada penyakit Diabetes Mellitus, dan materi ketiga adalah demonstrasi pemeriksaan tekanan darah (Gambar 1). Setelah Materi demonstrasi pemeriksaan tekanan darah, lanjut hari kedua yaitu praktek pemeriksaan tekanan darah oleh para kader yang telah dilatih pada hari sebelumnya. Peserta mendapat informasi yang cukup menarik dengan MC Abubakar Assidik, pemateri Marni, S.Kep,Ns., M.Kes., Totok Wahyudi, S.Kep., Ns., M.Kep. Pemateri juga dilakukan oleh mahasiswa yaitu Elfia Riandani, Desy serta Erlina. Para kader dan ibu - ibu pasca menopause tersebut sangat senang dan bersemangat mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Mereka antusias mulai dari awal penyampaian materi peserta sudah antusias bertanya, dan berlatih seperti yang telah diajarkan. Para peserta sudah memahami isi dari materi yaitu cara membuat obat tradisional untuk menurunkan tekanan darah tinggi dan menurunkan kadar gula darah, yaitu dengan tanaman herbal. Kader melakukan praktek dengan didampingi oleh tim pengabdian, untuk mengetahui sejauh mana kemampuan kader dalam melakukan pemeriksaan, dan jika ada pertanyaan / tidak tau / lupa langkah -langkah pemeriksaan maka tim pengabdian bisa langsung membantu untuk mendemonstrasikan pemeriksaan tersebut (Gambar 2-3). Setelah semua warga selesai dilakukan pemeriksaan tekanan darah, fase terakhir adalah fase terminasi, yaitu dengan mengevaluasi kemampuan kader posyandu tersebut dengan cara menilai dengan tool pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah. Setelah di evaluasi, tim pengabdian juga mengadakan evaluasi terhadap masyarakat juga apakah sudah mengetahui terkait penyakit degeneratif seperti hipertensi dan cara pencegahannya. Setelah selesai evaluasi maka tim pengabdian menutup acara pelatihan dengan mengucapkan terimakasih dan memberi souvenir kepada para peserta. Terakhir tim pengabdian berpamitan kepada para peserta dan tuan rumah.



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2 Demonstrasi pemeriksaan tekanan darah



Gambar 3. Proses Pendampingan Deteksi Dini Hipertensi
Sumber : Dokumentasi Pribadi

SIMPULAN DAN SARAN

Pelatihan deteksi dini penyakit hipertensi wanita pasca menopause pada kader posyandu telah berjalan dengan baik, para peserta kader kesehatan dan warga masyarakat yang terdiri dari ibu-ibu pasca menopause sangat antusias mengikuti kegiatan sampai dengan selesai. Tujuan kegiatan juga telah tercapai yaitu para kader mampu melakukan deteksi dini penyakit hipertensi dan penyakit diabetes mellitus. Para ibu-ibu pasca menopause juga sangat senang karena mendapat pencerahan terkait penyakit yang sering menyerang, sehingga pengetahuan tentang penyakit hipertensi menjadi meningkat, dan senang karena dilakukan pemeriksaan tekanan darah, sehingga tahu kondisi kesehatan saat ini. Target luaran yang direncanakan juga telah tercapai semua.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada kader kesehatan Posyandu Angrek 4 Ngasinan, masyarakat dusun Borowatu, Desa Ngasinan, kecamatan Bulu, Kabupaten Sukoharjo dan mahasiswa atas dukungan dan partisipasinya sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat berjalan lancar, pengabdian juga mengucapkan

terimakasih kepada Bapak Rector Universitas Duta Bangsa Surakarta yang telah memberi dukungan dana sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa berjalan dengan lancar.

DAFTAR REFERENSI

- Amila, A., Sembiring, E., & Aryani, N. (2021). Deteksi Dini Dan Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Wilayah Mutiara Home Care. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(1), 102–112. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3441>
- de Salis, I., Owen-Smith, A., Donovan, J. L., & Lawlor, D. A. (2018). Experiencing menopause in the UK: The interrelated narratives of normality, distress, and transformation. *Journal of Women and Aging*, 30(6), 520–540. <https://doi.org/10.1080/08952841.2018.1396783>
- Ensiklopedia. (2020). *Ngasinan, Bulu, Sukoharjo* (p. 17550210).
- Evanurul Marettih, A. K. (2012). Kualitas Hidup Perempuan Menopause. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 11(2), 1. <https://doi.org/10.24014/marwah.v11i2.506>
- Fitria, R. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh, Paritas dan Lama Menopause dengan Densitas Mineral Tulang pada Wanita Pasca Menopause. *Jurnal Marteniy and Neonatal*, 2(2), 68–73. <http://e-journal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/view/1075>
- Humaryanto. (2017). Deteksi Dini Osteoporosis Pasca Menopause. *Jmj*, 5(2), 164–177. <https://doi.org/10.22437/JMJ.V5I2.4200>
- Ilankoon, I. M. P. S., Samarasinghe, K., & Elgán, C. (2021). Menopause is a natural stage of aging: a qualitative study. *BMC Women's Health*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12905-020-01164-6>
- Krismiati M & Putrianti B. (2019). Deteksi Dini Penyakit Degeneratif Pada Wanita Menopause Di Gkj Medari Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*, 1(1), 72–79.
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2018). *Social Support and Self - Care Behavior Study. January*, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- NICE. (2021). *2021 Exceptional Surveillance of menopause: diagnosis and management (NICE guideline NG23. September*, 1–12. www.nice.org.uk
- Porter, J. L., & Varacallo, M. (2020). *Pathophysiology Histopathology Toxicokinetics*. 1–7