

PELAYANAN KESEHATAN BERUPA KONSELING SECARA FARMAKOLOGI DAN NON FARMAKOLOGI PENYAKIT HIPERTENSI SECARA HOME CARE DI RT. 08 DAN 11 KELURAHAN PAKUAN BARU

Rasmala Dewi, Iid Fitrur R, Dhea Sagita, Mera F, Puti Puspa, Ria S, Riska D, Siska D, Sri R, Vika Nur

STIKES Harapan Ibu Jambi
putipuspas@gmail.com

Abstrak

Perkembangan penyakit Hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan kasus yang dialami masyarakat Indonesia. Tercatat peningkatan yang cukup tinggi pada kasus prevalensi Hipertensi sebesar 25,8%. Untuk di Provinsi Jambi, Angka kejadian penyakit Hipertensi di Provinsi Jambi meningkat dalam lima tahun terakhir. Dalam laporan Riskedas 2018 menunjukkan angka kejadian penyakit pada penduduk usia 18 tahun yaitu 28,99%. Sedangkan data yang diambil di Puskesmas Kelurahan Pakuan Baru pada tahun 2020, penyakit Hipertensi menduduki peringkat ke-2 dengan jumlah penduduk yang mengalami penyakit Hipertensi sebesar 4.189. Dalam pengabdian masyarakat di Kelurahan Pakuan Baru yang sudah dilakukan, terdapat metode secara farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi berupa melakukan cek kesehatan secara gratis. Sedangkan metode Non Farmakologi berupa pemberian informasi tentang penggunaan obat dari tanaman herbal contohnya ubi jalar ungu dan terapi untuk mengobati Hipertensi. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat tersebut, terdapat peningkatan kepatuhan masyarakat dalam minum obat secara teratur, dan masyarakat memiliki kesadaran untuk menjaga pola hidup sehat. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan penderita Hipertensi dengan kepatuhan minum obat antihipertensi di wilayah Pakuan Baru, Provinsi Jambi.

Kata kunci : hipertensi, kepatuhan minum obat, pengetahuan, tanaman herbal, ubi jalar ungu.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Data WHO 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, berarti 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi.

Hipertensi adalah penyakit yang dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua. Hipertensi juga sering disebut *silent killer* karna termasuk penyakit yang mematikan. Bahkan hipertensi tidak dapat

secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat serta dapat meningkatkan resiko serangan jantung, *stroke*, dan gagal ginjal. Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan seiringnya bertambah umur.

Adapun beberapa faktor penyebab terjadinya hipertensi yaitu diklasifikasikan menjadi dua faktor yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, genetik dan ras. Faktor yang dapat diubah

adalah faktor obesitas, merokok, konsumsi alkohol berlebih, stress dan aktifitas fisik.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya angka kejadian penyakit Hipertensi di Provinsi Jambi meningkat dalam lima tahun terakhir. Dalam laporan Riskedas 2018 menunjukkan angka kejadian penyakit pada penduduk usia 18 tahun yaitu 28,99 % sedangkan tahun 2013 yaitu 24,6% sedangkan menurut data penyakit hipertensi di puskesmas pakuan baru pada tahun 2020 jumlah penduduk yang mengalami penyakit hipertensi sebesar 4189.

Rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan hipertensi berpotensi menjadi penghalang tercapainya tekanan darah yang terkontrol dan dapat dihubungkan dengan peningkatan biaya/rawat inap serta komplikasi penyakit jantung.

Ubi jalar ungu merupakan bahan pangan yang memiliki kandungan nutrisi karbohidrat dan sumber kalori yang cukup tinggi. Kandungan dari ubi jalar ungu berupa senyawa Antosianin yang berfungsi sebagai Antioksidan dan penangkap radikal bebas, sehingga berperan untuk mencegah terjadinya penuaan, kanker, dan penyakit degeneratif. Selain itu, Antosianin juga memiliki kemampuan sebagai Antimutagenik dan Antikarsinogenik, mencegah gangguan fungsi hati, Antihipertensi, dan menurunkan kadar gula darah. (Nida El Husna, 2015).

Pada pengabdian masyarakat kali ini, tujuan akhirnya adalah agar masyarakat mengetahui pentingnya penggunaan obat anti hipertensi secara teratur.

1. METODE

Pengabdian masyarakat yang dilakukan pada tanggal 31 Mei 2021 di Kelurahan Pakuan Baru, Kecamatan Jambi Selatan,

Provinsi Jambi. Adapun sasaran dari pengabdian masyarakat yaitu masyarakat yang tinggal disekitar Kelurahan Pakuan Baru khususnya RT. 08 dan RT. 11. Metode yang digunakan adalah cek kesehatan gratis dan pemberian informasi tentang “Pelayanan Kesehatan Berupa Konseling Secara Farmakologi dan Non Farmakologi Penyakit Hipertensi secara *Home care* di RT. 08 dan RT. 11 Kelurahan Pakuan Baru”.

Terapi Non Farmakologi

Terapi Non farmakologi untuk pasien hipertensi dengan kemungkinan tekanan Diabetes mellitus dan Hiperlipidemia maka terapi yang tepat sebagai berikut adalah :

1. Modifikasi Gaya Hidup
Karena menerapkan gaya hidup bagi setiap orang sangat penting untuk mencegah terjadinya berbagai penyakit. Penurunan berat badan, Adopsi pola makan DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) konsumsi makanan yang kaya akan kalium dan kalsium.
2. Pembatasan garam dan makanan
Pembatasan konsumsi garam yang digunakan maksimal 2 gram garam dapur perhari dan juga menghindari makanan yang mengandung garam tinggi.
3. Diet rendah kolesterol lemak
Bertujuan untuk menurunkan kadar kolesterol darah dan menurunkan berat badan pasien dengan obesitas. Seperti menghindari penggunaan lemak hewani, margarine, dan mentega, membatasi konsumsi daging, jeroan serta sea food

4. Olahraga

Karna aktivitas fisik dapat menurunkan tekanan darah, yaitu dengan olahraga aerobic secara teratur kurang lebih selama 30 menit / hari.

5. Meningkatkan konsumsi buah dan sayur

Buah dan sayur mengandung mineral kalium dapat membantu menurunkan tekanan darah yang ringan. Peningkatan masukan kalium (4,5 gram atau 120-175 mEq/hari). Dapat memberikan eek penurunan darah.

6. Terapi relaksasi

Terapi relaksasi ditunjukan untuk menangi factor psikologis dan stress yang dapat menyebabkan hipertensi. Terapi relaksasi dapat dilakukan dengan melakukan tekni pernapasan yang ritmis dan alami.

3. HASIL

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini telah di laksanakan di kelurahan Pakuan Baru RT. 08 dan RT. 11 sebanyak 30 orang, dengan kurun waktu sekitar 4 jam. Adapun pelaksaan pengabdian masyarkat di tempat tersebut di lakukan yaitu pertama cek kesehatan, pemberian

informasi tentang pemanfaat ubi jalar ungu untuk antihipertensi dengan cara memberikan informasi secara langsung kepada masyarakat agar lebih mudah memahami tentang cara pembuatan, dan pemberian produk puding ubi jalar ungu sebagai alternative untuk mengurangi penyakit hipertensi.

Adapun teknik pelaksanaan yang telah di lakukan sebagai berikut :

1. Cek kesehatan

Pada cek kesehatan yang telah dilakukan kepada 30 orang masyarakat yang memiliki hipertensi dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg terdapat 18 orang dengan rata-rata usia 50 tahun keatas, sedangkan 10 orang yang memiliki tekanan darah normal $120/80$ mmHg, dan 2 orang yang memiliki tekanan darah $\leq 120/80$ mmHg. Kepatuhan minum obat oleh masyarkat RT. 08 dan RT. 11 di dapatkan hasil bahwa 50% masyarakat tidak patuh minum obat, sedangkan 20% masyarakat tidak pernah minum obat antihipertensi, dan 30% masyarakat patuh dalam minum obat antihipertensi.

No	NamaWarga	Umur	TekananDarahSebelum	TekananDarahSesudah
1.	Roni	40 tahun	95/76 mmHg	112/73 mmHg
2.	P. Fahrul	69 tahun	165/82 mmHg	158/80 mmHg
3.	Yuliana	44 tahun	126/80 mmHg	125/70 mmHg
4.	Asmiati	67 tahun	156/80 mmHg	145/83 mmHg
5.	PutriWahyuni	37 tahun	161/85 mmHg	165/82 mmHg
6.	Surani	63 tahun	124/81 mmHg	121/80 mmHg

7.	Mubari	52 tahun	94/75 mmHg	115/79 mmHg
8.	Udin	79 tahun	115/78 mmHg	121/80 mmHg
9.	Sukyati	82 tahun	150/95 mmHg	184/89 mmHg
10.	Yanti	37 tahun	164/84 mmHg	150/80 mmHg
11.	Neni	60 tahun	164/82 mmHg	155/82 mmHg
12.	Dara Pertiwi	21 tahun	125/79 mmHg	123/80 mmHg
13.	Ahmad Teguh	41 tahun	170/87 mmHg	158/85 mmHg
14.	Dadang	40 tahun	123/80 mmHg	122/76 mmHg
15.	Sri Indah Priyani	48 tahun	125/80 mmHg	125/79 mmHg
16.	Rio	30 tahun	170/88 mmHg	168/85 mmHg
17.	Hartoyo	43 tahun	163/85 mmHg	145/82 mmHg
18.	Suraini	62 tahun	152/82 mmHg	150/80 mmHg
19.	Maria Susinah	65 tahun	156/90 mmHg	180/89 mmHg
20.	Syafrizal	60 tahun	155/90 mmHg	148/78 mmHg
21.	M. Yamin	60 tahun	115/75 mmHg	118/80 mmHg
22.	Hariyanto	56 tahun	152/85 mmHg	176/82 mmHg
23.	SusantoKahar	44 tahun	120/79 mmHg	118/78 mmHg
24.	JunaedyKielly	67 tahun	170/79 mmHg	163/75 mmHg
25.	Ade Hardiansyah	40 tahun	150/80 mmHg	148/76 mmHg
26.	Suprpto	61 tahun	160/90 mmHg	177/88 mmHg
27.	Azhar	35 tahun	115/76 mmHg	118/80 mmHg
28.	Yuliawati	58 tahun	159/93 mmHg	183/83 mmHg
29.	Anita	49 tahun	169/84 mmHg	158/78 mmHg
30.	Muhammad Ali	42 tahun	124/80 mmHg	122/75 mmHg

2. Pemberian Informasi tentang penggunaan obat dari tanaman herbal

Ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas*L.) merupakan tanaman jenis umbi-umbian yang berasal dari Jepang. Penggunaan ubi jalar ungu sebagai makanan sehat biasanya

dikonsumsi dengan cara dikukus. Namun, ubi jalar ungu dapat juga diolah menjadi produk puding ubi jalar ungu di mana cara pembuatannya tetap dilakukan secara tradisional. Puding ubi jalar ungu yang telah dibuat akan lebih

praktis untuk dikonsumsi tanpa mengurangi khasiat dari ubi jalar ungu itu sendiri. Pembuatan yang dilakukan secara tradisional dan mudah dilakukan, sehingga masyarakat dapat membuatnya sendiri di rumah, hanya untuk digunakan sendiri ataupun dapat diperjual belikan. Hal ini dapat pula meningkatkan pendapatan bagi masyarakat.

4. PEMBAHASAN

Hasil dari pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di kawasan Kelurahan Pakuan Baru RT. 08 dan RT. 11 tentang hipertensi dengan penderita hipertensi tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat, didapatkan hasil dari 30 orang masyarakat yang menderita hipertensi dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg terdapat 18 orang dengan rata-rata usia 50 tahun keatas, sedangkan 10 orang yang memiliki tekanan darah normal 120/80 mmHg, dan 2 orang yang memiliki tekanan darah $\leq 120/80$ mmHg. Kepatuhan minum obat oleh masyarakat RT. 08 dan RT. 11 didapatkan hasil bahwa 50% masyarakat tidak patuh minum obat, sedangkan 20% masyarakat tidak pernah minum obat antihipertensi, dan 30% masyarakat patuh dalam minum obat antihipertensi.

Pengetahuan yang harus dimiliki oleh masyarakat berupa arti dari penyakit hipertensi, gejala hipertensi, faktor risiko, gaya hidup dan pentingnya melakukan pengobatan secara terus menerus dalam waktu yang panjang serta mengetahui bahaya yang timbul apabila tidak mengkonsumsi obat.

Tingkat kepatuhan rendah dalam mengkonsumsi obat antihipertensi terjadi karena rendahnya pemahaman masyarakat dalam memahami tujuan terapi dan

masyarakat mengatur sendiri jadwal minum obat yang tidak sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Kepatuhan minum obat kepada penderita hipertensi sangat penting karena dengan minum obat antihipertensi secara teratur dapat mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dalam jangka panjang risiko kerusakan organ-organ seperti jantung, ginjal, dan otak dapat dikurangi. Obat antihipertensi yang tersedia saat ini terbukti dapat mengontrol tekanan darah pada masyarakat hipertensi, serta sangat berperan dalam menurun risiko berkembangnya komplikasi kardiovaskuler. Namun penggunaan antihipertensi saja tidak terbukti cukup menghasilkan efek control tekanan darah jangka panjang apabila tidak didukung dengan kepatuhan ganda dalam mengkonsumsi antihipertensi tersebut.

Kandungan dari ubi jalar ungu berupa senyawa Antosianin yang berfungsi sebagai Antioksidan dan penangkap radikal bebas, sehingga berperan untuk mencegah terjadinya penuaan, kanker, dan penyakit degeneratif. Selain itu, Antosianin juga memiliki kemampuan sebagai Antimutagenik dan Antikarsinogenik, mencegah gangguan fungsi hati, Antihipertensi, dan menurunkan kadar gula darah. (Nida El Husna, 2015).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil pengabdian masyarakat dari hasil pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan penderita hipertensi dengan kepatuhan minum obat antihipertensi di wilayah Kelurahan Pakuan Baru.

6. SARAN

Disarankan supaya informasi atau pengetahuan yang di berikan kepada

masyarakat tersebut, dapat di aplikasikan atau di manfaatkan secara berkelanjutan.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada masyarakat Kelurahan Pakuan Baru RT. 08 dan RT. 11 Kecamatan Jambi Selatan yang telah memberi dukungan untuk kelancaran acara.

8. DAFTAR PUSTAKA

Nida El Husna,. (2013). Kandungan Antosianin Dan Aktivitas Antioksidan Ubi Jalar Ungu Segar Dan Produk Olahannya. *Agritech, Fakultas Pertanian Universitas Syiah Kuala Vol. 33(3)*.

Kemendes RI. Hipertensi. Infopodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014; (Hipertensi); 1-7.

World Health Organization. Global Health Estimates 2016; Deaths by cause, Age, Sex, by country and by region, 2000-2016 ; 2018

Dewi Anggriani Harahap,. (2019). Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi

Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019. *Jurnal Ners, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai : Vol 3(2) tahun 2019.*

Erica Kusuma Rahayu Sudarsono,. *et al* (2017). Peningkatan Pengetahuan tentang Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Anak Muda Dusun Japonan, Margodadi, Sayegan, Sleman, Yogyakarta. *Fakultas Farmasi dan psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta : Vol. 3 (1)*

Depkes RI. 2006. *Pharmaceutical Care untuk Penyakit Hipertensi*. Binar: Jakarta.

Hikayati, Flora, R., Purwwanto, S. 2014. *Penatalaksanaan Non Farmakologi Terapi Komplementer sebagai Upaya untuk Mengatasi dan Mencegah Komplikasi pada Penderita Hipertensi Primer*. Jurnal Pengabdian Sriwijaya.

MOH, *Nasional Institut Of Health Research and Development, Center For community Empowerment, Health Policy and Humanites 2015. Indonesia; sampel registration sistem 2014. NIHRD library katalogis publication data .*