



JURNAL PENGABDIAN ILMU KESEHATAN

Halaman Jurnal: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/jpkcs>

Halaman UTAMA: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>



Desa Tanggap Hipertensi di Desa Tanjung Binga Kecamatan Sijuk Kabupaten Belitung Tahun 2022

Raden Ade Sukarna¹, Ashar Abilowo², Septy Nur Aini³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Kemenkes Pangkalpinang

Alamat: Komplek Perkantoran dan Pemukiman Terpadu Pemprov, Jl. Pulau
Bangka, Padang Baru, Kec. Pangkalan Baru, Kabupaten Bangka Tengah,
Kepulauan Bangka Belitung 33684

*Email : radeui2015@gmail.com

Abstract

Hypertension Patients in Bangka Belitung in Riskesdas 2018 of 29.90%, still included in the top 5 highest hypertension sufferers. Report of the Belitung Regency Health Office in 2019, Hypertension ranks second and the estimated number of hypertension sufferers in Belitung Regency is 44,719 people with the coverage of patients who get services 18,535 people (41.4%). The activity method used is with Akupresure Training for 1 day which is carried out with lectures, questions and answers and practicums. The target of knowledge and skill achievement is 75% and the achievement after the activity for knowledge is 80% although the average increase in all participants is only 28%. Skill achievement after the activity was 99% with an average increase in the value of all participants of 20%. The results of the evaluation with the participants, the Head of the Village and the Tanjung Binga Health Center were satisfied with this activity and hoped that there would be similar activities for residents who could not participate in the activity because it was limited to 35 people. The results of training in general there are differences in knowledge and skills from before and after training

Keywords: Acupresure, Hypertension, Training

Abstrak

Penderita Hipertensi Di Bangka Belitung pada Riskesdas 2018 sebesar 29,90%, masih masuk dalam 5 besar penderita Hipertensi tertinggi. Laporan Dinas Kesehatan kabupaten Belitung tahun 2019, penyakit Hipertensi menempati urutan kedua dan Jumlah estimasi penderita Hipertensi di Kabupaten Belitung 44.719 jiwa dengan cakupan penderita yang mendapatkan pelayanan 18,535 jiwa (41,4%). Metode kegiatan yang digunakan adalah dengan Pelatihan Akupresure selama 1 hari yang dilaksanakan dengan ceramah, tanya jawab dan praktikum. Target capaian pengetahuan dan keterampilan 75% dan capaian

setelah kegiatan untuk pengetahuan 80% walaupun rata-rata peningkatan semua peserta hanya 28%. Capaian keterampilan setelah kegiatan 99% dengan rata-rata peningkatan nilai semua peserta 20%. Hasil evaluasi dengan peserta, Kepala Desa dan Puskesmas Tanjung Binga peserta merasa puas dengan kegiatan ini serta berharap ada kegiatan serupa untuk warga yang belum bisa mengikuti kegiatan karena dibatasi 35 orang. Hasil pelatihan secara umum ada perbedaan pengetahuan dan keterampilan dari sebelum dan sesudah pelatihan.

Kata Kunci : Akupresure, Hipertensi, Pelatihan

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah secara kronis lebih dari normal, dimana penderita mempunyai tekanan darah bagian atas (sistolik) lebih dari 140 mmHg dan bagian bawah (diastolik) lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013). Hipertensi merupakan bagian dari penyakit tidak menular yang sering terjadi di dunia termasuk Indonesia. Hipertensi dikenal juga dengan sebutan “The silent killer” karena pada sebagian besar kasus tidak menunjukkan tanda dan gejala apapun, sehingga penderita tidak mengetahui jika dirinya terkena hipertensi (Kowalski, 2010).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dapat merusak ginjal, jantung dan otak bila tidak terdeteksi dan tidak dikontrol secara baik. IHME (2017) menyebutkan bahwa tekanan darah (hipertensi) faktor risiko yang menyebabkan kematian dari total 1,7 juta kematian di Indonesia sebesar 23,7%. Menurut Riskesdas tahun 2018 penderita hipertensi di Indonesia mencapai 8,4% berdasarkan diagnosa dokter pada penduduk umur = 18 tahun. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk prevalensi penderita hipertensi di Indonesia adalah sekitar 34,1%, sedangkan pada tahun 2013 hasil prevalensi penderita hipertensi di Indonesia adalah sekitar 25,8%. Jadi mengalami peningkatan yaitu sekitar 8,3%. Penderita Hipertensi Di Bangka Belitung pada Riskesdas 2018 sebesar 29,90%, masih masuk dalam 5 besar penderita Hipertensi tertinggi.

Laporan Dinas Kesehatan kabupaten Belitung tahun 2019, penyakit Hipertensi menempati urutan kedua dan Jumlah estimasi penderita Hipertensi di Kabupaten Belitung 44.719 jiwa dengan cakupan penderita yang mendapatkan pelayanan 18,535 jiwa (41,4%). Rendahnya penderita Hipertensi mendapat cakupan pelayanan atau tidak minum obat diantaranya penderita hipertensi merasa sehat (59,8%), kunjungan tidak teratur ke fasyankes (31,3%), minum obat tradisional (14,5%) dan menggunakan terapi lain (12,5%) (Riskesdas, 2018). Adanya pandemic Covid-19 saat ini tentunya akan mengurangi kunjungan penderita ke Puskesmas karena penderita lebih merasa aman jika dirumah. Hipertensi dapat dikendalikan apabila penderitanya sudah menerapkan gaya hidup yang sehat yaitu dengan menerapkan sikap pencegahan terhadap hal-hal yang memicu terjadinya hipertensi. Upaya untuk mengendalikan tekanan darah tinggi dapat dilakukan dengan tindakan farmakologis dan

non farmakologis. Tindakan non farmakologis diantaranya dapat dilakukan dengan akupresure.

Akupresur merupakan terapi tusuk jari dengan memberikan penekanan dan pemijatan pada titik tertentu pada tubuh yang didasarkan pada prinsip ilmu akupunktur (Fengge, 2012). Hasil penelitian menunjukkan tindakan akupresure efektif untuk menurunkan tekanan darah, seperti penelitian Lin et.all (2016), diketahui bahwa terdapat penurunan tekanan sistol dan diastol yang bermakna setelah dilakukan akupresur pada menit ke 15 hingga 30. Penelitian yang dilakukan Husna (2016) mendapatkan hasil yang sama, akupresure dengan pemijatan dititik tertentu pada kaki padat menurunnya nyeri dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tanjung Binga Wilayah Puskesmas Tanjung Binga. Pemanfaatan pengobatan non farmakologis untuk hipertensi di desa ini belum maksimal dan kader Hatra untuk akupresure belum ada.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan yang digunakan adalah dengan Pelatihan Akupresure selama 1 hari yang dilaksanakan dengan ceramah, tanya jawab dan praktikum. Materi yang diberikan kepada peserta yaitu : Penyakit Hipertensi, Anatomi Tubuh Manusia, Akupresure dan praktikum akupresure. Dilakukan penunjukan kader Kesehatan di Desa Tanjung Binga sebagai rujukan akupresure (kader batra khusus pijat urat). Mitra dari kegiatan ini adalah dari Desa Tanjung Binga dan Puskesmas Tanjung Binga. Sarana yang digunakan adalah infokus, speaker portable, laptop dan alat akupresure. Media yang digunakan adalah power point, video, gambar/model anatomi dan lembar evaluasi. Untuk evaluasi kehadiran peserta dimonitoring dengan absensi dan observasi secara langsung. Evaluasi pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan menggunakan pertanyaan dari materi yang diberikan. Evaluasi keterampilan akupresure dilakukan dengan lembar cek list keterampilan secara berurutan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini diikuti oleh 35 orang dari masyarakat Desa Tanjung Binga, tenaga kesehatan dan kader Kesehatan. Saat datang, peserta mengisi daftar hadir yang sudah disediakan. Dilakukan pre tes pengetahuan dan dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan terapi akupresure melalui video dan praktikum secara langsung oleh ahli pijat urat. Untuk penilaian pre dan post test tentang akupresure dilakukan oleh tim dan dibantu oleh mahasiswa sebelum peserta melakukan praktikum



Gambar 1. Pemberian Materi Akupresure

Hasil evaluasi

a. Nilai pre test dan post test pengetahuan

Nilai pre test dan post tes didapatkan dari soal yang sama berjumlah 10 soal yang berkenaan dengan hipertensi dan akupresure. Rata-rata nilai sebelum diberikan materi adalah 62 dan rata-rata setelah diberikan materi mengalami peningkatan menjadi 73.

b. Nilai pre test dan post test keterampilan

Hasil evaluasi keterampilan/skill peserta didapatkan rata-rata nilai sebelum keterampilan diajarkan adalah 73 dan sesudah diajarkan mengalami peningkatan menjadi 82. Target capaian pengetahuan dan keterampilan 75% dan capaian setelah kegiatan untuk pengetahuan 80% walaupun rata-rata peningkatan semua peserta hanya 28%. Capaian keterampilan setelah kegiatan 99% dengan rata-rata peningkatan nilai semua peserta 20%. Target yang dicapai pada pengetahuan yaitu pengetahuan peserta tentang hipertensi dan cara mengatasi dengan terapi akupresure seperti pengertian hipertensi, pengertian terapi akupresure, cara melakukan terapi akupresure dan durasi intervensi akupresure. Materi evaluasi pengetahuan merupakan langkah-langkah dalam melakukan terapi akupresure.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya pencapaian target setelah diberikan pelatihan terapi akupresure. Hasil menunjukkan ada perbedaan significant hasil pre test dengan post test pada pengetahuan dan keterampilan peserta. Pelatihan ini menunjukkan bahwa masyarakat umum yang dilatih secara professional mampu melakukan tindakan dalam terapi akupresure. Adanya kompetensi ini tentunya dapat menjadi gambaran bahwa mereka siap melakukan terapi akupresure untuk mengatasi masalah pada hipertensi. Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan sama dengan hasil dari beberapa penelitian dan pengabdian masyarakat yang menyatakan bahwa pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan (Idris *et al.*, 2017).

Nilai rata-rata pengetahuan peserta berbeda sebelum dan sesudah pelatihan dan nilai rata-rata peningkatan pengetahuan 20% tentang metode terapi akupresure pada pasien hipertensi. Hasil pengabdian masyarakat lain yang sama dengan peneliti, hasil pengukuran tingkat pengetahuan hipertensi sesudah pelaksanaan PKM menunjukkan bahwa 90%

(sebelumnya 80%) peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi (Zulham *et al.*, 2021).

Hasil pengabdian masyarakat setelah pelatihan berdasarkan kategori pengetahuan baik dari 20 orang (40%) menjadi 35 orang (70%). Jumlah sasaran yang memiliki keterampilan penentuan titik akupresure dengan benar adalah 15 orang (30%) dan yang dapat melakukan akupresure dengan benar adalah 27 orang (54%) dari yang sebelumnya tidak mempunyai keterampilan akupresure (Mertha *et al.*, 2020). Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan terapi akupresure dapat langsung menurunkan tekanan darah namun tidak dengan selisih yang jauh, akan tetapi bertahap sesuai dengan kondisi masing-masing individu dan ketepatan titik (Ni Made Ayu Nila *et al.*, 2020).

Hasil evaluasi dengan peserta, Kepala Desa dan Puskesmas Tanjung Binga peserta merasa puas dengan kegiatan ini serta berharap ada kegiatan serupa untuk warga yang belum bisa mengikuti kegiatan karena dibatasi 35 orang. Mereka juga berharap ada kelompok khusus yang benar-benar dilatih untuk melakukan metode terapi akupresure untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Implikasi untuk perawat, harus mempunyai kompetensi dan selalu siap siaga menjadi rujukan dan konsultasi dari masyarakat. Perawat harus mempunyai sertifikat trainer supaya bisa menjadi narasumber kegiatan serupa pada kelompok lain yang berhubungan masalah hipertensi sehingga masyarakat mempunyai kemandirian dalam menangani kasus hipertensi dan kompeten untuk melakukannya. Kemandirian masyarakat yang berhubungan dengan masalah hipertensi tentunya akan membuat pasien hipertensi menjadi lebih mudah untuk mengatasi masalah hipertensi khususnya menurunkan tekanan darah.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sesuai rencana dan dapat mencapai target luaran yang diharapkan dan melebihi target capaian. Jadi secara umum peserta mampu melakukan metode terapi akupresure pada pasien hipertensi. Hasil evaluasi keterampilan, lebih dari sebagian peserta meningkat nilai keterampilannya setelah diberikan materi dan demonstrasi, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa peserta mengetahui langkah-langkah yang harus dilakukan pada terapi akupresure. Hasil pelatihan secara umum ada perbedaan pengetahuan dan keterampilan dari sebelum dan sesudah pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018.
- [2] Efendi, Zulham., Afrizal., Musharyadi, Feri., Syahid, Armein., Surya, Defrima Oka., Guci, Asriwan., Adha, Dedi & Anjeli. (2021).
- [3] Pelatihan Dan Pendampingan Akupresur Awam Pada Keluarga Lansia Dengan Hipertensi. Jurnal ABDI MERCUSUAR, Vol. 01, No. 02.

- [4] Fengge, A. (2012). *Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan*. Yogyakarta: Circle Corp
- [5] Hasna, Nur. (2016). Pengaruh Akupresure pada pasien hipertensi di balai kesehatan Tradisional masyarakat Makasar. *Journal Islamic Of Nursing*
- [6] Idris, A. H., Bierens, J. J. L. M., Perkins, G. D., Wenzel, V., Nadkarni, V., Morley, P., ... Hazinski, M. F. (2017). Revised Utstein-Style Recommended Guidelines for Uniform Reporting of Data from Drowning-Related Resuscitation: An ILCOR Advisory Statement. *Circulation*, 10(7), 1–16. <https://doi.org/10.1161/HCQ.000000000000024>
- [7] Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) (2017). Indonesia. Diakses tanggal 2 Maret 2021 di <https://www.healthdata.org/indonesia>
- [8] Kementrian Kesehatan RI (2011). *Profil Kesehatan Indonesia : Jakarta*
- [9] Kowalski, R. E. (2010). *Terapi hipertensi: Program 8 minggu menurunkan tekanan darah tinggi dan mengurangi risiko serangan jantung dan stroke secara alami*. Bandung: Penerbit Qanita
- [10] Lin, G., Chan, W., Chen, K., Tsai, C. & Hu, S (2016). Effectiveness of acupressure on the taichong acupoint in lowering blood pressure in patients with hypertension: a randomized clinical trial. *Evidence-based complement. Altern. Med.* 1, 1–9.
- [11] Mertha, I Made., Suardana, I Ketut., Widjanegara, I Gede & Ngurah, I Gede. (2020). Pelatihan Terapi Akupresur Untuk Mengatasi Keluhan Penyakit DM Dan Hipertensi Pada Lansia Bagi Kader Lansia. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, Vol. 02, No. 2.
- [12] Peta Desa Tanjung Binga (2021). Diakses tanggal 2 Maret 2021 di <https://belitungsite.wordpress.com/2015/09/28/tanjung-binga/comment-page-1/>
- [13] Peta Wilayah Puskesmas Tanjung Binga. Diakses tanggal 2 Maret 2021 di <https://pkmtanjungbinga.wordpress.com/sejarah/peta/>
- [14] Portal Belitung. Kondisi Geografis (2021). Diakses tanggal 2 Maret 2021 di <https://portal.belitung.go.id/kondisi-geografis>
- [15] Septianingrum, Ni Made Ayu Nila., Nurpalupi, Nisvi Ramadhani., Astuti, Novita Dewi., Hanafi, Muhammad Taman & Setiawan, Satya Adi. (2020). Pemanfaatan Terapi Herbal Dan Pijat Akupresur Sebagai Pilihan Terapi Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia. *Community Empowerment*, Vol. 05, No. 03.
- [16] WHO. (2013). *A global brief hypertension: Silent killer, global public health disease*. Switzerland