

ORIGINAL ARTICLE

PROFIL KESEHATAN DASAR LANSIA MELALUI PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DALAM RANGKA PERINGATAN HARI LANJUT USIA NASIONAL DI BKKKS JATIM

Muh Zul Azhri Rustam ^{a*} | Ari Susanti ^a | Nuke Amalia ^a | Maya Ayu Riestyowati ^a

^a Prodi D-IV Manajemen Informasi Kesehatan STIKES Hang Tuah Surabaya

*Corresponding Author: zul.azhri@gmail.com



ARTICLE INFORMATION

Article history

Received (July 6th, 2022)

Revised (July 19th, 2022)

Accepted (August 29th, 2022)

Keywords

Medical Examination;

Blood Pressure; Elderly;

ABSTRACT

Elderly is someone who has reached the age of 60 years and over. The older you get, the greater the risk for experiencing health problems, because of the degenerative process. The most common degenerative disease that affects the elderly is hypertension. The purpose of this study was to determine the basic health profile of the elderly through blood pressure checks in commemoration of the National Elderly Day in East Java Social Welfare Activities Coordinating Board (BKKKS). Methods This research was conducted in three stages, namely preparation, implementation and evaluation using an accidental sampling of 125 elderly participants. The results Most of the elderly participants had normal blood pressure as much as 51.20% compared to those with hypertension as much as 48.8%, because before doing the blood pressure check, they had physical activities such as morning exercise together. Most of the elderly have normal blood pressure.

Jurnal Abdimas jatibara is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan RS Dr. Seotomo (STIKES YRSD Seotomo).

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Website : jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JAI

E-mail: jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan di suatu Negara dapat dilihat dari berbagai aspek, salah satunya adalah derajat kesehatan lansia. Lanjut Usia (Lansia) merupakan proses penuaan dengan bertambahnya usia individu yang ditandai dengan penurunan fungsi organ tubuh seperti otak, jantung, hati dan ginjal serta peningkatan kehilangan jaringan aktif tubuh berupa otot-otot tubuh (1). Menurut UU Nomor 13 Tahun 1998, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Semakin bertambahnya usia seseorang, semakin besar pula risiko untuk mengalami masalah kesehatan. Hal ini disebabkan karena lansia mengalami proses degeneratif (2).

Fungsi tubuh dan berdampak pada terjadinya penyakit degeneratif seperti Hipertensi, kelainan jantung, penyakit diabetes mellitus dan lain sebagainya akan dialami dalam periode kehidupan yang rentan terhadap penyakit (3). Pemerintah selalu berupaya untuk menjaga kesehatan bagi lansia dengan menjamin ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan dan memfasilitasi kelompok lansia seperti Puskesmas (4).

Proporsi penduduk di atas 60 tahun di dunia diperkirakan akan terus meningkat. Perkiraan peningkatan dari tahun 2000 sampai 2050 akan berlipat ganda dari sekitar 11% menjadi 22%, atau secara absolut meningkat dari 605 juta menjadi 2 milyar lansia (5). Berdasarkan persentase penduduk lansia Indonesia tahun 2017 sudah mencapai 7,6% dari total jumlah penduduk, suatu negara dikatakan penduduk tua apabila proporsi penduduk lanjut usia telah mencapai 10% atau lebih. Dengan kondisi jumlah lansia yang ada saat ini, Indonesia akan memasuki Negara dengan penduduk struktur tua (6).

Penyakit degeneratif yang paling banyak diderita lansia adalah hipertensi (7) Penyakit hipertensi memiliki hubungan yang erat dengan penyakit kardiovaskular (CVD), yaitu tekanan darah tinggi meningkat, maka akan berisiko untuk mengalami infark miokard (MI), gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal (8).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lansia (lanjut usia) adalah usia yang meliputi usia pertengahan (45-59 tahun), usia lanjut (60-74 tahun), usia lanjut tua (75-90 tahun) dan usia sangat tua (diatas 90 tahun) (9) Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi menurut hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun di Indonesia adalah sebesar 34,1% (7). Dinas Kesehatan Kota Surabaya tahun 2020 melaporkan sebanyak 399.435 jiwa (31,13%) yang menderita hipertensi dari total penduduk 2.266.847 jiwa yang berumur ≥ 18 tahun yang melakukan pengukuran tekanan darah di Puskesmas (10).

Seiring dengan tingginya angka kesakitan pada lansia sehingga perlu dilaksanakan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai salah satu upaya promotif dan preventif berbagai penyakit pada lansia diantaranya pemeriksaan gula darah, tekanan darah, asam urat, dan kolesterol(11). Berdasarkan latar belakang di atas, tim pengabdian bermaksud bertujuan ingin melihat profil kesehatan dasar lansia melalui pemeriksaan tekanan darah dalam rangka peringatan hari lanjut usia nasional di BKKKS Jatim

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa berbagai macam kegiatan yang dimulai dari senam pagi bersama peserta lansia, penyuluhan, dan pemeriksaan tekanan darah pada peserta lansia dalam rangka peringatan hari lanjut usia nasional di Badan Koordinasi Kegiatan Kesejahteraan Sosial (BKKKS) Jawa timur. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah dilakukan dengan tiga tahap yaitu persiapan, implementasi dan evaluasi (12).

1. Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan tahap persiapan adalah Menyusun proposal kegiatan, mengurus perijinan, dan melakukan koordinasi dengan pihak penyelenggaran di BKKKS Jawa Timur, serta mempersiapkan *medical kit* dalam pemeriksaan tekanan darah serta absensi peserta.

2. Tahap Implementasi

Kegiatan yang dapat di lakukan dalam tahap implementasi adalah melakukan pendidikan Kesehatan, pembagian *leaflet*, pemeriksaan Kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah. Pada tahap implemetasi ini tim pengabdian tidak melakukan pre-test dan post-test dikarenakan hanya melihat profil kesehatan dasar lansia melalui pemeriksaan tekanan darah pada peserta lansia yang tergabung memperingati hari lanjut usia nasional.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi ini tidak dilakukan pengukuran pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan akan tetapi dilakukan pengecekan data melalui form registrasi dan lembar hasil pemeriksaan kesehatan dengan maksud untuk validasi data kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Jumlah sample yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan *accidental sampling* diperoleh sebanyak 125 peserta yang telah melakukan pemeriksaan tekanan darah. Berikut ini pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan selama 2 hari, pada hari Sabtu dan Minggu pada tanggal 04-05 Juni 2022 pada pukul 06.00-12.00 WIB di Aula Badan Koordinasi Kegiatan Kesejahteraan Sosial (BKKKS) Jawa Timur dengan rundown acara sebagai berikut:

Waktu	Kegiatan	Penanggungjawab
Sabtu, 04 Juni 2022		
08.00 – 09.00	Persiapan dan pengecekan <i>medical kit</i> dan <i>leaflet</i> Kesehatan lansian di STIKES Hang Tuah Surabaya dan berkoordinasi dengan pihak penyelenggara BKKKS jatim Kementerian Sosial	Panitia
09.00 – 09.30	Perjalanan ke BKKKS Jatim	Panitia

09.30 – 09.45	Registrasi Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat	Panitia
09.45 – 10.00	Sambutan dari BKKKS dalam rangka peringatan hari lanjut usia nasional	Panitia
10.00 – 12.00	Penyuluhan dan pembagian leaflet tentang kesehatan lanjut usia	Narasumber
Minggu, 05 Juni 2022		
06.00 – 06.15	Registrasi peserta senam pagi bersama	Panitia
06.15 – 07.15	Senam Pagi bersama	Partisipan
07.15 – 08.00	Persiapan tenant dan <i>medical kit</i> dalam pemeriksaan Kesehatan	Panitia
08.00 – 09.00	Registrasai pemeriksaan kesehatan	Panitia
09.00 – 12.00	Pemeriksaan kesehatan tekanan darah dan dilanjutkan pembagian <i>leaflet</i>	Tim Pemeriksaan Kesehatan
12.00 – 13.00	ISHOMA	Panitia
13.00 – Selesai	Penutupan Kegiatan dan foto bersama	Panitia dan partisipan



Gambar 1: Registrasi Peserta Pemeriksaan Kesehatan



Gambar 2: Antrian Peserta Pemeriksaan Kesehatan



Gambar 3: Pemeriksaan Kesehatan oleh STIKES Hang Tuah Surabaya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang telah dilakukan adalah memberikan pemeriksaan Kesehatan melalui pemeriksaan tekanan darah kepada lansia yang hadir dalam kegiatan peringatan hari lanjut usia nasional di BKKS Jawa Timur dengan total samping lanjut usia sebanyak sebanyak 58 orang lansia.

1. Gambaran Umum Lansia dalam peringatan Hari Lanjut Usia Nasional 2022

Tabel 1 Distribusi karakteristik menurut jenis kelamin lansia dalam peringatan hari lanjut usia nasional 2022

Jenis Kelamin	Frequency	Valid Percent
Laki-laki	14	11.20
Perempuan	111	88.80
Total	125	100.00

Tabel 1 diperoleh mayoritas peserta lansia berjenis kelamin perempuan 88,80% dibandingkan dengan lansia jenis kelamin laki-laki sebanyak 11,20% pada kegiatan pemeriksaan kesehatan lansia dalam rangka peringatan hari lansia nasional tahun 2022.

Tabel 2 Distribusi karakteristik menurut kelompok usia lansia dalam peringatan hari lanjut usia nasional 2022

Usia	Frequency	Valid Percent
36-57 Tahun	33	26.40
58-78 Tahun	90	72.00
79-99 Tahun	2	1.60
Mean	61 tahun	
Total	125	100.00

Tabel 2 diperoleh sebagian besar peserta lansia kelompok usia 58-78 tahun sebanyak 72,00% dibandingkan dengan lansia kelompok usia 36-57 tahun sebanyak 26,40% dan untuk lansia kelompok usia 79-99 hanya sebanyak 1,60%. Sedangkan rata-rata usia lansia yang melakukan pemeriksaan kesehatan berusia 61 tahun usia lansia yang paling tinggi adalah berusia 99 tahun.

Tabel 3 Distribusi karakteristik menurut tingkat pendidikan lansia dalam peringatan hari lanjut usia nasional 2022

Tingkat Pendidikan	Frequency	Valid Percent
Tamat SD	14	11.20
Tamat SMP	18	14.40
Tamat SMA	62	49.60
Tamat PT	31	24.80
Total	125	100.00

Tabel 3 diperoleh sebagian besar peserta lansia berpendidikan tamatan SMA sebanyak 49,60% dibandingkan dengan lansia berpendidikan PT sebanyak 24,80%, lansia berpendidikan tamatan SMP sebanyak 14.40% dan hanya lansia yang berpendidikan tamatan SD sebanyak 11.20% pada kegiatan pemeriksaan kesehatan lansia dalam rangka peringatan hari lansia nasional tahun 2022

3. Gambaran Umum profil kesehatan lansia melalui pemeriksaan tekanan darah dalam peringatan hari lanjut usia nasional 2022

Tabel 4 Distribusi karakteristik menurut kelompok usia lansia dalam peringatan hari lanjut usia nasional 2022

Pemeriksaan Hipertensi	Frequency	Valid Percent
Normal / Tidak Hipertensi	64	51.20
Hipertensi	61	48.80
Total	125	100.00

Tabel 4 diperoleh sebagian besar peserta lansia tidak mengalami hipertensi sebanyak 51,20% dibandingkan dengan lansia yang mengalami hipertensi sebanyak 48,80%. Hal ini dikarenakan lansia yang sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darah telah melakukan aktivitas fisik seperti senam pagi bersama sehingga hasil pemeriksaan hipertensi pada lansia terdapat yang tidak hipertensi (normal).

Kegiatan persiapan pemeriksaan kesehatan diawali dengan menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan. Pemeriksaan kesehatan lansia meliputi pemeriksaan kesehatan tekanan darah, nadi, suhu dan menanyakan keluhan yang dialami saat diperiksa (13). Dalam implementasi kegiatan pemeriksaan kesehatan melalui pemeriksaan tekanan darah pada sebanyak 125 peserta lanjut usia, Sebagian besar pada lansia berjenis kelamin laki-laki, dengan kelompok usia 58-78 tahun dengan rata-rata usia 61 tahun dan ditemukan hasil tekanan darah yang tertinggi adalah 196/94 mmHg dalam memperingati hari lanjut usia nasional di BKKKS Jawa Timur.

Penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada lansia Posbindu Cempaka Permai Kota Bengkulu yang mengalami hipertensi. Penurunan tekanan darah terjadi karena pembuluh darah mengalami pelebaran dan relaksasi (14). Latihan olahraga dapat melemaskan pembuluh darah, sehingga tekanan darah menurun. Senam menstimulasi pengeluaran hormon endorphin. Hormon tersebut sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak sehingga menimbulkan rasa nyaman dan meningkatkan endorphin untuk mengurangi tekanan darah tinggi (15).

Hipertensi merupakan salah penyakit yang banyak diderita lansia. Hasil dari pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa lansia yang memiliki tekanan darah tinggi (hipertensi) hampir setengah dari jumlah responden lansia tetapi masih didominasi oleh lansia dengan tekanan darah normal. Hal ini sejalan dengan data yang dipublikasikan pada Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021(16) yaitu angka kesakitan lansia dari tahun 2019 (26,2%) hingga tahun 2021 (22,48%) cenderung menurun. Kegiatan yang mendukung dalam penurunan angka kesakitan lansia perlu dilakukan agar lansia dapat menjaga kebugaran untuk memiliki kualitas kesehatan yang baik, salah satunya dengan melakukan pengabdian masyarakat khususnya pada masyarakat lansia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dirangkaikan dalam memperingati hari lanjut usia nasional yang dilaksanakan pada di Badan Koordinasi Kegiatan Kesejahteraan Sosial (BKKKS) Jawa Timur diperoleh profil kesehatan lansia yang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut adalah sebagian besar lansia yang berjenis kelamin perempuan dengan kelompok usia 58-78 tahun dengan rata-rata usia 61 tahun, dengan pendidikan terakhir tamatan Sekolah Menengah Atas, sedangkan untuk pemeriksaan tekanan darah pada lansia sebagian besar dengan kategori Normal/Tidak Hipertensi.

Saran

Dalam rangka memperingati hari lanjut usia nasional yang diadakan di BKKKS Jawa Timur, dari hasil kesimpulan yang telah diperoleh, tim pengabdian memberikan sebuah rekomendasi atau saran untuk menurunkan hipertensi dari hasil pemeriksaan tekanan darah, sebaiknya peserta lansia yang terlibat agar selalu melanjutkan kebiasaan olahraga pagi yang ringan seperti: senam pagi sebelum melakukan aktivitas sehari-hari. Agar hasil tekanan darah tersebut dapat dikontrol.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam memperingati hari lanjut usia nasional di BKKKS Jawa Timur. Tim pengabdian berterima kasih Ketua STIKES Hang Tuah yang telah memberikan izin untuk berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan juga kepada pihak BKKKS yang telah memberikan support berupa tempat dalam pos pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah untuk peserta lansia dalam memperingati hari lanjut usia nasional tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nita V, Astuti T, Khasanah N, Nugrahaningtyas. Pemeriksaan Kesehatan Pada Lansia Di Dusun Ringinsari Bokoharjo Prambanan Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. J Pengabdian Masy Karya Husada [Internet]. 2021;1(2):57-63. Available from: <http://jurnal.poltekkeskhjogja.ac.id/index.php/jpmkh/article/view/200>
2. Ekasari MF, Rianti DR. Pelatihan Keterampilan Perawat Hipertensi Pada Lansia. Pros Disem Has Pengabdian Kpd Masy 2021 [Internet]. 2015;7(1):37-72. Available from: <https://www.ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/ProsidingPKM/article/view/810>
3. Sumah DF, Ivakdalam LM, Pugesehan DJ. Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Penderita Hipertensi Melalui Terapi Tertawa. J Pengabdian Kpd Masy. 2020;26(1):16.
4. Rosset E. Aging Process of Population. New York: EGC Kedokteran; 1964. 490 p.
5. Pusat Data dan Informasi Kemenkes. Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. Infodatin [Internet]. 2016;10(16):63-4. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-lansia-2016.pdf>
6. BKKBN. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Kesehatan Reproduksi Remaja. 2017.
7. Balitbangkes. Riset Kesehatan Dasar 2018 [Internet]. Jakarta; 2018. Available from: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-risikesdas/>
8. Edukasi DAN, Di H, Rt W, Kelurahan RW, Paikat G, Selatan KB, et al. Pos pemkes hipertensi (pos pemeriksaan kesehatan hipertensi) dan edukasi hipertensi di wilayah rt.003 rw.003 kelurahan guntung paikat, kecamatan banjarbaru selatan, kota banjarbaru, kalimantan selatan. 2022;6:877-82. Available from: <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/8705>
9. WHO. Global Target 6: A 25% Relative Reduction in The Prevalence of Raised Blood Pressure or Contain The Prevalence of Raised Blood Pressure, According to National

- Circumstances. Genewa; 2016.
10. Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Profil Kesehatan Kota Surabaya tahun 2020. Surabaya; 2021.
 11. Herdiani N, Ibad M, Wikurendra EA. Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Klampis Ngasem Kota Surabaya. *An-Nadaa J Kesehat Masy*. 2021;8(2):114.
 12. Wahyu Udayani NN, Santoso P, Ayu Kusuma Wardani IGA. Pemeriksaan Kesehatan Pasien Hipertensi Lansia di Puskesmas Denpasar Utara. *COMSERVA Indones J Community Serv Dev* [Internet]. 2021;1(4):139–43. Available from: <http://comserva.publikasiindonesia.id/index.php/comserva/article/view/18/26>
 13. Fitriahadi E, Utami I. Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Giripeni Wates Kulon Progo. *Proceeding of The URECOL* [Internet]. 2020;200–6. Available from: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/967>
 14. Sartika A, Betrianita B, Andri J, Padila P, Nugrah AV. Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia. *J Telenursing* [Internet]. 2020;2(1):11–20. Available from: <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JOTING/article/view/1126>
 15. Yantina Y, Saputri A. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarsari Metro Utara Tahun 2018. *J Farm Malahayati* [Internet]. 2019;2(1):112–21. Available from: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/farmasi/article/view/1549>
 16. Badan Pusat Statistik. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021 [Internet]. Edisi Pert. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2021. 288 p. Available from: <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>