

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUOK**

Oleh :

1. Ns. Nia Aprilla, M.Kep (1022048706) Ketua Pengusul
2. Ns. Devi Eka Safitri, M.Kep (1022068502) Anggota 1
3. Lora Viona Putri (1027078401) Anggota 2
4. Erma Rahma (Mahasiswa)
5. Nurhaliza (Mahasiswa)

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN  
TUANKU TAMBUSAI  
2019**

## HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Pendidikan kesehatan tentang hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kuok
2. Nama Mitra :
3. Ketua Tim Pengusul : Ns. Nia Aprilla, M.Kep
- a. NIP-TT : 0965421190
- b. Pangkat/golongan : IIIb
- c. Jurusan/fakultas : S1 Keperawatan
- d. Perguruan tinggi : Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau
- e. Bidang keahlian : Keperawatan
- g. Alamat kantor/telp/faks/e-mail : Jl. Tuanku Tambusai No. 23
- f. Alamat rumah/telp/faks/e-mail : Jl. Sisingamangaraja - Bangkinang Kota
4. Anggota Tim Pengusul :
- a. Jumlah anggota : 2 orang
- b. Nama anggota I/Bidang keahlian : Ns. Devi Eka Safitri, M.Kep/Dosen SI Keperawatan
- c. Nama anggota 2/ bidang keahlian : Lora Viona Putri/Dosen S1 Keperawatan
- d. Jumlah mahasiswa yang terlibat : 2 orang
5. Lokasi Kegiatan/mitra
- a. Wilayah mitra (desa/kecamatan) : Wilayah Kerja Puskesmas Kuok
- b. Kabupaten/kota : Kampar
- c. Propinsi : Riau
- d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : 15 km
6. Luaran yang dihasilkan : Pemahaman tentang hipertensi
7. Jangka waktu pelaksanaan : 1 hari
8. Biaya total : Rp 2.000.000,-

Mengetahui,  
Dekan FIK UP

Bangkinang, September 2019  
Ketua Tim Pengusul,

**DEWI ANGGRIANI H, M. Keb**  
NIP-TT 096 542 089

**Ns. NIA APRILLA, M.Kep**  
NIP-TT 096 542 190

Mengetahui,  
Ketua LPPM

**Ns. APRIZA, M.Kep**  
NIP-TT 096 542 024

## DAFTAR ISI

<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Analisan Situasi.....	1
1.2 Permasalahan Mitra.....	2
<b>BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN.....</b>	<b>3</b>
2.1 Solusi.....	3
2.2 Target dan Luaran.....	4
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN.....</b>	<b>4</b>
3.1. Metode Pelaksanaan.....	4
<b>BAB VI KELAYAKAN KEPAKARAN .....</b>	<b>.....</b>
4.1 Jenis Kepakaran .....	.....
5.1 kepakaran Tim Pengusul .....	.....
<b>BAB V BIAYA DAN RENCANA KEGIATAN.....</b>	<b>6</b>
5.1. AnggaranBiaya .....	6
5.2 Rencana Kegiatan .....	6

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## **RINGKASAN**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah yang ditemukan pada masyarakat baik di negara maju maupun berkembang termasuk Indonesia. Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Pemahaman tentang hipertensi dapat meminimalkan resiko kejadian yang lebih berat. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk menyelesaikan permasalahan yang ada di Wilayah kerja Puskesmas Kuok yang mengalami hipertensi agar mengerti apa itu hipertensi dan dapat mengontrol tekanan darah dalam batas normal

Kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat pendidikan kesehatan tentang hipertensi agar lansia mengetahui apa itu hipertensi, penyebab hipertensi, cara mengontrol tekanan darah dalam batas normal

*Keyword* : hipertensi

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Analisis situasi**

Di Indonesia, hipertensi merupakan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan karena angka prevalensinya cukup tinggi, kasus hipertensi menduduki peringkat ke 3 untuk pola 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di seluruh Puskesmas Indonesia dengan jumlah 464.697 jiwa atau 2,93% (Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2017 angka hipertensi masih dikategorikan tinggi dari tahun ketahun yaitu mencapai 712 orang pada tahun 2017 dan menduduki angka nomor3 tertinggi dari 10 penyakit terbesar di Kabupaten Kampar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa Ketua RW yang ada di desa Kuok, mengatakan kaum laki-laki termasuk usia lansia didaerah mereka kurang melakukan aktifitas olah raga, kebanyakan duduk diwarung-warung dan tidak sedikit diantara mereka memiliki pola makan dan minum seperti makan yang berkolesterol tinggi dan selalu minum kopi. Selain itu faktor usia pada lansia seperti elastisitas pembuluh darah sudah mulai menurun, sehingga dapat berpotensi terjadinya hipertensi.

Hipertensi jika dibiarkan menetap atau lama tak ditanggulangi dapat merusak jantung juga penyebab terbesar stroke. Tekanan darah tinggi juga berbahaya karena menyebabkan kelelahan jantung, serta menimbulkan kerusakan jaringan halus. Jika dibiarkan tidak ditangani, tekanan darah tinggi akhirnya merusak mata dan ginjal. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar pula risiko komplikasi, misalnya serangan jantung, penyakit arteri koroner, dan stroke yang akan memperpendek usia. Menurunkan tekanan darah walaupun hanya sedikit akan mengurangi risiko serangan jantung sebesar 20 % (Gesit, 2010).

## **1.2 Permasalahan Mitra**

### 1.2.1 Lansia yang mengalami hipertensi

## **BAB II**

### **SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

#### **2.1. Solusi yang ditawarkan**

Dalam hal ini pihak Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi

2.1.1. Menjelaskan pengertian, tanda gejala, penyebab dan cara menurunkan tekanan darah agar tekanan darah pada lansia tetap dalam batas normal.

#### **2.2. Target luaran**

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan lansia mampu mengontrol tekanan darah dalam batas normal, membatasi atau mengurangi mengonsumsi makanan yang mampu meningkatkan tekanan darah

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

#### **3.1. Tahap Persiapan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah:

- a. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
- b. Pengurusan administrasi dan perizinan tempat pengabdian masyarakat
- c. Persiapan materi pendidikan kesehatan tentang hipertensi

#### **3.2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuok Kabupaten Kampar. Dalam pelaksanaannya sasaran akan dijelaskan tentang hipertensi, penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, cara menurunkan tekanan darah yang tinggi

#### **3.3. Pembuatan Artikel Pengabdian**

Artikel pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian ini benar-benar tercapai.

#### **3.4 Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan



dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan lansia memahami materi yang telah diberikan.

### **3.5 Tahap Pembuatan Laporan**

Pembuatan laporan disesuaikan dengan hasil yang telah dicapai selama melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## **BAB IV**

### **KELAYAKAN KEPAKARAN**

#### **4.1 Jenis Kepakaran**

Terkait analisis masalah yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Kuok tentang lansia yang mengalami hipertensi. Tim pelaksana merupakan dosen yang berlatar belakang ilmu kesehatan yang menguasai materi tentang lansia dan hipertensi. Kesesuaian antara permasalahan mitra dan ketersediaan tenaga professional tim pelaksana diharapkan mampu memberikan solusi terhadap permasalahan mitra.

#### **4.2 Kepakaran Tim Pengusul**

4.2.1 Ns.Nia Aprilla, M. Kep sebagai ketua tim pengusul merupakan dosen Program Studi SI

Keperawatan. Ketua memiliki pengalaman penelitian serta pengabdian masyarakat.

Diantara penelitiannya yaitu hubungan pengetahuan tentang bulliying dengan perkembanganb sosial-emosi anak di SD Muhammadiyah Bangkinang.

4.2.2 Ns. Devi Eka Safitri, M.Kep sebagai tim 1 merupakan dosen program studi S1

Keperawatan. Anggota tim 1 memiliki pengalaman penelitian serta pengabdian

masyarakat. Anggota tim 1 berkoordinasi dengan ketua tim dan mitra kegiatan,

mendampingi ketua pelaksana dan melaksanakan kegiatan dan memberikan pendidikan

kesehatan. Anggota tim 1 akan terlibat penuh dalam program kemitraan masyarakat ini.

4.2.3 Lora Viona Putri, M.Kes sebagai tim 2 merupakan dosen program studi SI Keperawatan.

Anggota tim 2 memiliki pengalaman penelitian serta pengabdian masyarakat. Anggota

tim 1 berkoordinasi dengan ketua tim dan mitra kegiatan, mendampingi ketua pelaksana

dan melaksanakan kegiatan dan memberikan pendidikan kesehatan. Anggota tim 2 akan

terlibat penuh dalam program kemitraan masyarakat ini.

**BAB V**  
**BIAYA DAN RENCANA KEGIATAN**

**5.1 Biaya**

Tabel 5.1 Anggaran biaya program pengabdian masyarakat yang diajukan

No	Komponen	Biaya yang diusulkan
1	Honorarium untuk pelaksana	Rp. 600.000
2	Pembelian bahan habis pakai	Rp. 500.000
3	Perjalanan untuk survei/sampling data, sosialisasi/evaluasi, , akomodasi, konsumsi	Rp. 500.000
4	Peralatan untuk penunjang pengabdian lainnya	Rp. 400.000
Jumlah		Rp. 2.000.000

**5.2. Rencana Kegiatan**

Tabel 5.2 Jadwal Kegiatan PKM Pendidikan kesehatan tentang hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas Kuok Kabupaten Kampar tahun 2019

No	Kegiatan	Okt	Nov	Des
1	Sosialisasi kegiatan dengan mitra kerja sama dengan pihak terkait (puskesmas, dinas kesehatan)	✓		
2	Bimbingan dan pengarahan dengan pihak kepala desa		✓	
3	Pelaksanaan program pendidikan kesehatan		✓	
4	Evaluasi program bersama mitra		✓	
5	Dokumentasi kegiatan PKM		✓	

Lampiran 1 : Daftar Pustaka

Lampiran 2 : Daftar Riwayat Hidup Pelaksana

Lampiran 3 : Gambaran Ipteks

Lampiran 4 : Surat pernyataan kesediaan bekerjasama dengan mitra

Lampiran 1

**DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aspiani, RY. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: TIM
- Azizah, LM. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Nursalam. (2013). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedomani Skripsi, Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter, P.A & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Vol 2, Jakarta: Salemba Medika

## Lampiran 2

### 1. Ketua Tim Pengusul

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Ns. Nia Aprilla, M.Kep
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	096 542 190
5	NIDN	1022048706
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bangkinang, 22 April 1987
7	E-mail	<a href="mailto:niaaprilla.ariga@gmail.com">niaaprilla.ariga@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/ HP	0852 7171 3592
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S-1 = - orang, S-2 = - orang, S-3 = - orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keperawatan Dasar 1 (D3 keperawatan)</li> <li>2. Keperawatan Perioperatif (D3 keperawatan)</li> <li>3. Keperawatan Kepribadian (D3 keperawatan)</li> <li>4. Keperawatan Dasar 2 (S1 eperawatan)</li> <li>5. Komunikasi dalam Keperawatan (S1 keperawatan)</li> </ol>

### 2. Anggota Tim 2

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Ns. Devi Eka Syafitri
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	-
5	NIDN	1022068502
6	Tempat dan Tanggal Lahir	-
7	E-mail	-
8	Nomor Telepon/ HP	-
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kampar-Riau
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S1 = - orang, S2 = - orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	-

## 2. Anggota Tim 2

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Lora Viona Putri, M.Kes
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	
4	NIP/ NIK/ Identitas lainnya	
5	NIDN	1027078401
6	Tempat dan Tanggal Lahir	-
7	E-mail	-
8	Nomor Telepon/ HP	-
9	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kampar-Riau
10	Nomor Telepon/ Faks	(0762) 21677, Fax (0762) 21677
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S1 = - orang, S2 = - orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. -

### Lampiran 3

#### Gambaran Ipteks

1. Dengan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini nantinya akan meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan keterampilan lansia dalam mengontrol tekanan darah sehingga lansia tetap sehat di hari senjanya.