

Skrining Hipertensi pada Lansia: Deteksi Dini untuk Peningkatan Kualitas Hidup

Lisa Amelia Febriyanti^{1✉}, Bagas Malikurrizki¹, Hima Avishena¹, Delasta Putri Ika Tuzzaroh¹, Febriana Bella Setyaningrum¹, Lintang Dwi Sartika¹, Muhammad Naufal Rayhan², Linda Korniawati³, Almira Farahdiba³, Ridwan Al Fauzi³, Yodya Lumayung⁴, Monika Candra Pramudita⁵, Amanda Citra Dewi Puspita⁶

¹Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

²Program Studi S1 Teknologi Pangan Universitas Muhammadiyah Semarang

³Program Studi S1 Akuntansi Universitas Muhammadiyah Semarang

⁴Program Studi S1 Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Semarang

⁵Program Studi S1 Statistika Universitas Muhammadiyah Semarang

⁶Program Studi S1 Manajemen Universitas Muhammadiyah Semarang

Korespondensi: ameliaf285@gmail.com, +62 812 1570 2544

Diterima: 22 Maret 2024

Disetujui: 7 Juli 2024

Diterbitkan: 31 Juli 2024

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia. Skrining hipertensi pada lansia merupakan langkah penting dalam deteksi dini dan pencegahan komplikasi. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas dan manfaat skrining hipertensi rutin pada lansia. **Metode:** Skrining hipertensi dilakukan dengan mengukur tekanan darah yang melibatkan 151 lansia berusia 60 tahun ke atas. Selanjutnya diberikan edukasi tentang penyakit hipertensi dan cara pencegahannya. **Hasil:** sebagian besar masyarakat desa grogolan menderita hipertensi sebanyak 94 orang (62,3%) sedangkan yang tidak menderita hipertensi sebanyak 57 (37,7%). Skrining ini juga meningkatkan kesadaran lansia tentang pentingnya pengendalian tekanan darah. **Kesimpulan:** skrining hipertensi rutin efektif dalam deteksi dini dan edukasi lansia, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia.

Kata kunci: skrining hipertensi, lansia, posyandu

Abstract

Background: Hypertension is a global health problem whose prevalence increases with age. Hypertension screening in the elderly is an important step in the early detection and prevention of complications. **Objective:** To determine the effectiveness and benefits of routine hypertension screening in the elderly. **Method:** Hypertension screening measured blood pressure in 151 elderly individuals aged 60 years and over. Furthermore, education was provided about hypertension and how to prevent it. **Result:** most of the people of Grogolan village suffered from hypertension, as many as 94 people (62.3%), while those who did not suffer from hypertension were 57 (37.7%). This screening also increased the awareness of the elderly about the importance of controlling blood pressure. **Conclusion:** Routine hypertension screening is effective in early detection and education of the elderly, thus improving the quality of life of the elderly.

Keywords: hypertension screening, elderly, integrated health post

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang sangat penting saat ini. Kasus hipertensi global terus bertambah setiap tahun. Diprediksi bahwa pada tahun

2025, akan ada sekitar 1,5 miliar individu yang hidup dengan tekanan darah tinggi [1]. Lebih lanjut, diperkirakan 9,4 juta jiwa meninggal dunia setiap tahunnya disebabkan oleh hipertensi dan berbagai komplikasi yang menyertainya [2].

Di Indonesia, hipertensi merupakan persoalan kesehatan yang umum ditemukan di masyarakat. Data terbaru dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2023 menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada penduduk usia ≥ 18 tahun di berbagai provinsi adalah sebesar 30,8% [3]. Pola yang diamati adalah peningkatan prevalensi hipertensi sejalan dengan bertambahnya usia. Lebih lanjut, hasil riset juga mengindikasikan bahwa prevalensi hipertensi lebih tinggi pada kaum perempuan dibandingkan laki-laki [4].

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis kronis di mana tekanan darah di arteri meningkat secara persisten [5]. Kondisi ini ditandai dengan pembacaan tekanan darah sistolik sebesar 140 mmHg atau lebih, dan/atau tekanan darah diastolik sebesar 90 mmHg atau lebih. Penting untuk diketahui bahwa peningkatan tekanan darah, bahkan pada rentang 130-139 mmHg untuk sistolik atau 85-89 mmHg untuk diastolik, sudah dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit jantung. Lebih lanjut, hipertensi seringkali bersifat asimtomatik, yang berarti penderitanya mungkin tidak merasakan gejala apapun [6].

Lansia adalah kelompok masyarakat yang telah memasuki usia lanjut, di mana mereka sudah tidak termasuk dalam usia produktif untuk bekerja atau menghasilkan sesuatu. Pada usia ini, lansia menjadi lebih rentan terhadap berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya program atau kegiatan untuk memantau kondisi kesehatan lansia. Lansia adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas [7].

Data terbaru menunjukkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus meningkat. Berdasarkan Sensus Penduduk Indonesia tahun 2023, hampir 12% atau sekitar 29 juta penduduk Indonesia masuk kategori lansia [8]. Proyeksi sebelumnya memperkirakan jumlah lansia akan mencapai 48,2 juta jiwa (15,77%) pada tahun 2035. Dengan tren peningkatan yang lebih cepat dari perkiraan awal, jumlah lansia pada tahun 2035 kemungkinan akan melebihi angka tersebut [9].

Untuk meningkatkan kesejahteraan lansia, posyandu lansia memiliki peran yang amat penting. Mereka bertindak sebagai mitra pemerintah, menyediakan fasilitas yang dirancang untuk lansia, membantu memenuhi kebutuhan mereka, dan menawarkan kesempatan untuk bersantai dan berinteraksi sosial. Kesuksesan posyandu lansia sangat bergantung pada beberapa faktor pendorong, termasuk semangat dan partisipasi aktif lansia, kemudahan akses dari segi lokasi dan biaya, ketersediaan fasilitas yang memadai, kualitas dan kompetensi para kader, beragamnya layanan yang disediakan, serta adanya dukungan yang solid dari keluarga, pemerintah daerah, dan masyarakat sekitar.

Tantangan dalam menjalankan posyandu lansia meliputi keterbatasan fisik yang dialami lansia, rendahnya kesadaran akan pentingnya menerapkan pola hidup sehat, serta situasi di mana kegiatan posyandu tidak berjalan secara berkelanjutan [10].

Kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan lansia penderita hipertensi, ditemukan bahwa tingkat pengetahuan, pandangan (sikap), dan kebiasaan makan memiliki keterkaitan dengan munculnya hipertensi pada populasi lansia [11]. Pengetahuan lansia mengenai hipertensi meningkat, terutama dalam hal definisi, faktor penyebab, gejala, cara pencegahan, pengobatan, dan manajemennya [12].

Beberapa faktor risiko yang berkontribusi terhadap hipertensi pada lansia meliputi konsumsi garam yang tinggi, makanan berlemak, kopi, alkohol, pola tidur, usia, tingkat pendidikan, faktor genetik, tingkat stres, obesitas, aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok [13]. Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi garam, makanan berlemak, dan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia. Namun, tidak ditemukan hubungan antara kebiasaan merokok, olahraga, obesitas, dan status sosial ekonomi dengan hipertensi pada lansia [14]. Selain itu, perilaku merokok, kepatuhan dalam mengonsumsi obat, dan tingkat stres juga memiliki kaitan dengan kejadian hipertensi pada lansia [15].

Studi menunjukkan adanya keterkaitan antara aktivitas fisik dan risiko hipertensi pada lansia [16]. Prevalensi hipertensi di kalangan lansia cukup tinggi, mencapai 72,2%, berbanding 27,8% yang tidak mengalami kondisi tersebut [17]. Kurangnya edukasi mengenai gaya hidup sehat di kalangan lansia berperan dalam tingginya kasus hipertensi. Pola makan dan aktivitas fisik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku lansia dalam mengelola kondisi hipertensi mereka [18]. Namun, ada perkembangan positif berupa peningkatan pengetahuan lansia tentang berbagai aspek hipertensi, termasuk penyebab, gejala, faktor risiko, pencegahan, dan penanganan awal [19]. Di sisi lain, kebiasaan mengonsumsi garam secara berlebihan juga menjadi faktor risiko terjadinya hipertensi pada lansia [20].

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas berbagai metode skrining hipertensi, mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan skrining, dan mengembangkan strategi yang lebih baik untuk deteksi dini dan pengelolaan hipertensi. Melalui analisis data epidemiologi, studi klinis, dan tinjauan literatur, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para profesional kesehatan, pembuat kebijakan, dan masyarakat umum dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Pentingnya penelitian ini terletak pada potensi untuk meningkatkan kesadaran akan hipertensi, mendorong deteksi dini, dan mengurangi beban penyakit kardiovaskular yang terkait dengan hipertensi. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan dan pengurangan angka kematian akibat penyakit kardiovaskular.

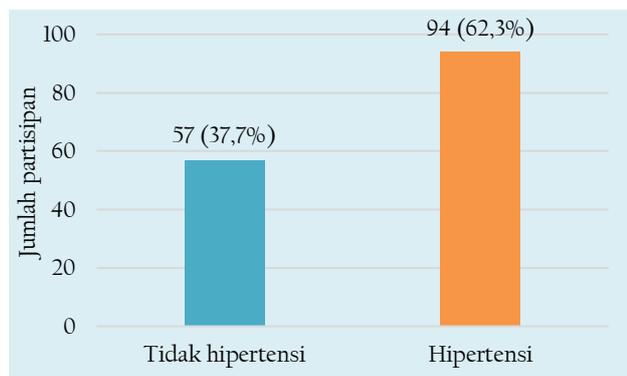
Melalui program kerja pengabdian Desa Grogolan Universitas Muhammadiyah Semarang 2025, yaitu mengadakan Skrining dan penyuluhan Hipertensi serta praktik langsung kepada lansia sebagai pencegah beberapa penyakit berbahaya yang sering menimpa lansia dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan taraf kesehatan masyarakat dengan pemahaman informasi sekaligus cara penyegahan tekanan darah tinggi yang sangat berbahaya.

METODE

Metode skrining hipertensi dilakukan perindividu lansia dan metode penyuluhan ini adalah ceramah dan tanya jawab. penyuluhan dilaksanakan dengan penyampaian materi dengan pembagian leaflet informasi mengenai definisi hipertensi, penyebab, dan pencegahan. penyuluhan dan skrining tekanan darah pada lansia dilakukan pada saat berlangsungnya Posyandu Desa Grogolan. Populasi dalam program ini adalah 151 lansia yang berasal dari RT 01, RT 02, RT 03, dan RT 04. Adapun sasaran dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah lansia di Posyandu Desa Grogolan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan hipertensi dan skrining tekanan darah pada lansia telah dilaksanakan pada Jum'at, 19 Februari 2025 bertempat di Posyandu RT 01, RT 02, RT 03, dan RT 04 Desa Grogolan. Sasaran peserta dalam kegiatan ini adalah lansia Desa Grogolan. Kegiatan kuliah kerja nyata ini berfokus pada upaya pencegahan dan pengawasan terhadap tekanan darah lansia untuk mencegah berbagai macam penyakit yang rentang menyerang lansia. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah menggunakan metode penyuluhan.



Gambar 1. Proporsi kejadian hipertensi partisipan

Data posyandu lansia menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat Desa Grogolan menderita hipertensi sebanyak 94 orang (62,3%) sedangkan yang tidak menderita hipertensi sebanyak 57 (37,7%) dari total keseluruhan 151 orang. Adapun beberapa lansia juga mempunyai riwayat penyakit seperti jantung, DM, obesitas.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan kesehatan

Kegiatan penyuluhan dihadiri oleh lansia Desa Grogolan. Lansia dapat berperan dalam program ini dengan kooperatif dalam pelaksanaan penyuluhan serta praktik pengecekan membantu mewujudkan lansia sehat dengan melakukan pemeriksaan serta menyimak penyuluhan guna mengerti peran penting skrining hipertensi. Media yang digunakan dalam pelaksanaan penyuluhan tanaman lavender adalah leaflet.

Materi yang diberikan pada penyuluhan hipertensi ini adalah pengertian hipertensi, penyebab terjadinya tekanan darah tinggi, klasifikasi menurut JNC 7 dan cara pencegahan terjadinya hipertensi. Sebelum penyuluhan materi hipertensi, partisipan melakukan pengecekan skrining hipertensi dahulu dibantu oleh panitia serta kader posyandu melati III. Pemberian materi ini merupakan bentuk pendekatan langkah utama dalam pencegahan hipertensi. Tujuan memberikan pemahaman mengenai pengertian, penyebab, pencegahan hipertensi agar lansia lebih waspada dan rajin melakukan pengecekan kesehatan difasilitas-fasilitas yang telah disediakan oleh desa. Penyuluhan ini berjalan dengan baik dikarenakan partisipan antusias dalam menanggapi penyuluhan ini dengan berdiskusi.

Posyandu lansia perlu diselenggarakan secara berkelanjutan karena tidak hanya menyediakan layanan kesehatan, tetapi juga memfasilitasi berbagai aktivitas non-medis yang esensial bagi lansia untuk tetap aktif dan berkarya. Di Desa Grogolan, posyandu lansia merupakan wujud nyata kebijakan pemerintah melalui sinergi program puskesmas Karanggede dengan partisipasi aktif dari lansia, keluarga, tokoh masyarakat, kader, dan organisasi sosial. Kegiatan ini bertujuan untuk memperluas akses layanan kesehatan bagi lansia di masyarakat, menciptakan layanan yang responsif terhadap kebutuhan mereka, mendekatkan pelayanan,

memberdayakan masyarakat dan pihak terkait, serta meningkatkan koneksi sosial antar lansia.

Setelah mengikuti posyandu, lansia di Desa Grogolan merasakan manfaat berupa kondisi fisik dan psikis yang lebih sehat dan bugar melalui pemeriksaan dan konseling, deteksi dini penyakit dan masalah kesehatan lainnya untuk tindakan pencegahan, serta kesempatan untuk meningkatkan interaksi sosial yang positif.

KESIMPULAN

Penyuluhan dan skrining hipertensi di Desa Grogolan berjalan lancar dan disambut baik oleh lansia. Banyak lansia yang ternyata memiliki tekanan darah tinggi. Skrining rutin dan penyuluhan terbukti efektif membantu mendeteksi dini hipertensi dan meningkatkan pengetahuan lansia tentang kesehatan mereka.

REKOMENDASI

Penting bagi kader kesehatan desa untuk menyelenggarakan kegiatan penyuluhan kesehatan secara berkala dan rutin, dengan memanfaatkan secara optimal keberadaan posyandu lansia yang telah berjalan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada para partisipan yang berkenan mengikuti kegiatan hingga akhir. Terimakasih juga kepada seluruh tokoh masyarakat di Desa Grogolan Kabupaten Boyolali yang memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Semarang yang menjadi pengelola program kegiatan pengabdian masyarakat ke lapangan disampaikan penghargaan setinggi-tingginya.

REFERENSI

- [1] Nadar SK, Lip GYH. The heart in hypertension. *J Hum Hypertens* 2021; 35: 383–386.
- [2] Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi. Peraturan Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi Tentang Syarat-Syarat Pemasangan Dan Pemeliharaan Alat Pemadam Api Ringan. *Menteri Tenaga Kerja Dan Transm* 2023; 1: 1–15.
- [3] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Prevalensi, Dampak, serta Upaya Pengendalian Hipertensi & Diabetes di Indonesia. *Kementeri Kesehat* 2023; 1–2.
- [4] Ardiansyah MZ, Widowati E. Hubungan Kebisingan dan Karakteristik Individu dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Rigid Packaging. *HIGEIA (Journal Public Heal Res Dev* 2024; 8: 141–151.
- [5] Utami Wulandari P, Hati Y, Muchsin R. Pengaruh Hidroterapi Serai Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *JINTAN J Ilmu Keperawatan* 2024; 4: 125–132.
- [6] Pradono J, Kusumawardani N, Rachmalina R. *Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia*. 2020.
- [7] Kristy G. Dangeubun, Een N. Walewangko KDT. Ketahanan Ekonomi Lansia Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Generasi Tua Di Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahas. 2024; 24: 44–60.
- [8] Fenny Setiyowati, Iskim Luthfa A. Skrining Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Werdha Pucang Gading Semarang Dan Wening Wardoyo Ungaran. 2025; 2: 1371–1377.
- [9] Langkah Membuat Job Safety Analysis (JSA). *Mutu Institute*.
- [10] Kusuma AM, Ibrahim Y, Bhakti F, et al. Pemberdayaan Masyarakat Menuju Desa Siaga Melalui Usaha Promotif Dan Preventif. 2024; 4: 122–129.
- [11] Efrianty N, Rianita Citra Tri Sartika. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Lansia Dengan Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah. *Lentera Perawat* 2024; 5: 178–184.
- [12] Solehudin Solehudin, Lannasari Lannasari. Manajemen Keluarga Dengan Hipertensi. *J Pengabd Masy Nusant* 2023; 5: 179–189.
- [13] Cipta WT, Nurfitri AH. Menghadapi hipertensi di usia dewasa akhir dealing with hypertension in late adulthood. 2024; 7791–7797.
- [14] Salman Y, Sari M, Libri O. Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cempaka. *J Dunia Gizi* 2020; 3: 15–22.
- [15] Putra IPBP, Arisudhana GAB, Wijaya IPA. Hubungan Tingkat Stres, Depresi, dan Kecemasan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Hipertensi. *J Nurs Res Publ Media* 2023; 2: 134–147.
- [16] Eliani NPAl, Yenny LGS, Sukmawati NMH. Aktivitas Fisik Sehari-hari Berhubungan dengan Derajat Hipertensi pada Pra Lansia dan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur. *Aesculapius Med J* | 2022; 2: 188–194.
- [17] Yuri Ekaningrum A. Hubungan Asupan Natrium, Lemak, Gangguan Mental Emosional, Dan Gaya Hidup Dengan Hipertensi Pada Dewasa Di Dki Jakarta. *J Nutr Coll* 2021; 10: 82–92.
- [18] Pratama DA, Indrawati L, Tapal Z, et al. Hubungan Indeks Massa Tubuh , Aktivitas Fisik dan Asupan Makan Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia. 2024; 8: 197–204.
- [19] Syahputri A, Rasyida A, Puji Z, et al. Kegiatan penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan cek kesehatan di kampung bulak kecamatan ciputat timur.
- [20] Dika Lukitaningtyas EAC. Hipertensi; Artikel Review. *J Pengemb ILMUDAN Prakt Kesehat* 2023; 13: 104–116.