

**PERAWATAN HIPERTENSI DI RUMAH DAN PENGENDALIAN  
DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER PADA IBU  
DI YAYASAN NURUL HAQQ SIDOARJO**

**Puji Astuti**

Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, [puji@unusa.ac.id](mailto:puji@unusa.ac.id)

**Yanis Kartini**

Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, [yanis\\_youarenice@unusa.ac.id](mailto:yanis_youarenice@unusa.ac.id)

**Abstrak**

Masalah kesehatan di Yayasan Nurul Haqq Sidoarjo adalah kelompok usia dewasa dan lansia yang kurang memperhatikan kondisi kesehatannya, tidak menyadari bahwa dirinya telah menderita hipertensi, tidak mematuhi jadwal minum obat dan juga tidak rutin memeriksakan kesehatannya secara berkala di puskesmas/rumah sakit, serta minum obat-obatan racikan non medis yang tidak jelas isinya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang perawatan hipertensi di rumah dan pengendalian dengan terapi komplementer. Metode yang digunakan adalah Penyuluhan, demonstrasi dan pemeriksaan fisik tekanan darah dan IMT. Subjeknya adalah seluruh ibu di Yayasan Nurul Haqq sejumlah 60 orang. Hasil pengabdian masyarakat berdasarkan *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan responden tentang Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer yang diikuti sebanyak 60 responden, didapatkan hasil *pre test* sebagian sebesar (68%) pengetahuan cukup baik, dan berdasarkan hasil *post test* terjadi peningkatan pengetahuan yaitu sebagian besar (71 %) pengetahuan cukup baik. Pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa Penyuluhan kesehatan sangat penting dalam menambah pemahaman masyarakat tentang perawatan hipertensi dan pengendaliannya.

**Kata Kunci:** Hipertensi, terapi komplementer

**Abstract**

The health problem in Nurul Haqq Sidoarjo Foundation is the age group of adults and the elderly who are less concerned about their health condition, unaware that they have suffered from hypertension, disobeying their medication schedule and also do not regularly check their health regularly in puskesmas / hospital, non-medical consumption of unclear contents. The purpose of community service is to increase knowledge about homecare hypertension and control with complementary therapy. The method used is counseling, demonstration and physical examination of blood pressure and BMI. The subject is all the mothers in Nurul Haqq Foundation are 60 people. Result of community service based on pre test and post test of knowledge level of respondent about hypertension at home and controlling with complementary therapy which counted 60 respondents, got pre test result partially equal to (68%) good knowledge and post result most (71%) of knowledge is quite good. This shows that health counseling is very important in adding people's understanding of hypertension care and its control.

**Keyword:** Hypertension, Komplementer therapy

**PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan

(Wahyuningsih, 2013). Hipertensi didefinisikan dengan tekanan sistolik diatas 160 mmHg atau tekanan diastolik diatas 90 mmHg (Fatimah, 2010 dalam Oktavianus dan Sari, 2014). Hipertensi adalah hipertensi yang disebabkan karena

faktor usia yaitu dengan bertambahnya usia diatas 50 tahun, sangat rentan terjadi peningkatan tekanan darah sistolik terisolasi.

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang tertinggi, berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2013 didapatkan 10 penyakit tersering yang diderita oleh lansia, diantaranya yang mendominasi terutama penyakit kardiovaskuler yaitu hipertensi dengan presentase terbanyak yaitu 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65-74 tahun, dan 63,8% pada usia 75 tahun keatas (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Upaya untuk mencegah agar penyakit hipertensi tidak bertambah dan berkembang, maka peran tenaga kesehatan pun sangat penting. Berbagai aspek gaya hidup bisa diperbaiki untuk menurunkan tekanan darah (Lily, 2013). Ada beberapa pilihan dengan terapi komplementer yaitu dengan mengkonsumsi semangka, pepaya maupun teh rosella.

Terapi komplementer ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan peran dan fungsi obat dari dokter. Paling tidak terapi komplementer dapat meringankan penderita sebelum mendapatkan pelayanan kesehatan (Nisa, 2011).

## **METODE**

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini berupa intervensi pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer, serta pemeriksaan fisik tekanan darah. Pelaksanaan Intervensi Penyuluhan Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer pada Ibu di yayasan Nurul Haqq Sidoarjo dengan harapan dapat meningkatkan pemahaman dan wawasan masyarakat tentang Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer pada Ibu, serta dapat meningkatkan perubahan perilaku yaitu dengan menjaga kesehatan dan merawat penyakit Hipertensi di Rumah serta mengendalikannya dengan Terapi Komplementer pada Ibu. Setelah selesai pelaksanaan intervensi pendidikan kesehatan pada masyarakat, maka langkah akhir adalah melakukan evaluasi. Evaluasi dibuat dengan membandingkan kondisi pengetahuan sebelum intervensi setelah pelaksanaan intervensi. Tingkat pengetahuan masyarakat terkait Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer diperoleh dengan menggunakan kuesioner individu yang berupa *pre test* dan *post test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 5.1 Distribusi Peserta Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	20 – 29 Tahun	15	25
2	30 – 39 Tahun	30	50
3	40 – 49 Tahun	15	25
		60	100

Berdasarkan Tabel 5.1 diatas, diperoleh informasi bahwa peserta pendidikan kesehatan yang mayoritas adalah wanita, memiliki karakteristik mayoritas berusia 30 tahun hingga 39 tahun dengan jumlah 30 orang (50 %), Sedangkan presentase tersedikit berusia 40 tahun hingga 49 tahun dengan jumlah 15 orang (25%).

### 2. Tingkat Pengetahuan

Tabel 5.2 Distribusi Frekwensi Tingkat Pengetahuan Responden tentang Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer

Tingkat Pengetahuan	Pre		Post	
	n	%	n	%
Baik	11	18	12	20
Cukup	41	68	43	71
Kurang	8	14	5	9
Total	60	100	60	100

Hasil *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan responden tentang Perawatan Hipertensi di Rumah dan Pengendalian

dengan Terapi Komplementer yang diikuti sebanyak 60 responden, didapatkan hasil *pretest* sebagian sebesar (68%) pengetahuan cukup baik, dan berdasarkan hasil *post* terjadi peningkatan pengetahuan yaitu sebagian besar (71 %) pengetahuan cukup baik.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan Perawatan Hipertensi di Rumah. dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer di Yayasan Nurul Haqq Sidoarjo, bertujuan untuk memberikan wawasan, pengetahuan dan ilmu terkait penyakit Hipertensi dan Perawatan Hipertensi di Rumah, serta Pengendaliannya dengan Terapi Komplementer yang telah didemonstrasikan pada saat pengabdian masyarakat, terbukti dapat meningkatkan pemahaman ibu-ibu. Sebaiknya masyarakat lebih memperhatikan mengenai dampak penyakit Hipertensi. Berkaitan dengan itu masyarakat bisa menambah pengetahuan dan kesadarannya mengenai Perawatan Hipertensi di Rumah. dan Pengendalian dengan Terapi Komplementer.

## DAFTAR PUSTAKA

Agustina, Susanti. (2013). *Perpustakaan Prasekolahku, Seru !*. Bandung: CV Restu Bumi Kencana.

Kozier.2012. Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Konsep, proses, dan praktik Volume 1. EGC

Riset Kesehatan Dasar. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan

Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.

Potter 2012. Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik edisi 4 vol. 1. EGC