

PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR MELALUI PEMBENTUKAN KADER PEDULI IBU HAMIL HIPERTENSI

Magdalena M. Tompunuh^{1*}, Eka Rati Astuti²

^{1,2}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia

letom235@gmail.com¹, ratiastuti10@gmail.com²

ABSTRAK

Abstrak: Indikator keberhasilan pembangunan kesehatan antara lain adalah penurunan angka kematian ibu dan bayi. Angka kematian ibu (AKI) menggambarkan permasalahan status ibu hamil, ibu melahirkan, dan ibu nifas. Penyebab tertinggi AKI adalah hipertensi dalam kehamilan. Pengobatan ibu hamil hipertensi hanya menggunakan obat kimiawi. Belum ada terapi non farmakologi. Tujuan pengabdian adalah pendampingan pijat kaki diharapkan dapat mencegah kejadian hipertensi pada ibu hamil. Metode yang digunakan yaitu demonstrasi pijat kaki yang kemudian kader melakukan pijat kaki pada ibu hamil yang hipertensi. Mitra adalah kader kesehatan sebanyak sepuluh orang. Evaluasi menggunakan sistem observasi pada saat kader melakukan pijat kaki. Hasil yang telah dicapai adalah kader mampu melakukan pijat kaki dan tekanan darah pada ibu hamil berkurang setelah dilakukan pijat kaki sebesar 100%, yang tadinya belum bisa pijat kaki, setelah dilakukan pelatihan, sepuluh kader bias melakukan pijat kaki pada ibu hamil hipertensi.

Kata Kunci: kader; peduli; ibu; hamil; hipertensi.

Abstract: Indicators of successful health development include reducing maternal and infant mortality rates. The maternal mortality rate (MMR) illustrates the problems of the status of pregnant women, giving birth and postpartum women. The highest cause of AKI is hypertension in pregnancy. Treatment of hypertensive pregnant women only uses chemical drugs. There is no non-pharmacological therapy yet. The purpose of the service is that foot massage assistance is expected to prevent the occurrence of hypertension in pregnant women. The method used is the demonstration of foot massage which then the cadres do foot massage on hypertensive pregnant women. Partners are ten health cadres. The evaluation uses the observation system when the cadres do the foot massage. The results that have been achieved are that cadres are able to do foot massage and blood pressure in pregnant women is reduced after foot massage by 100%, who previously could not massage feet, after training, ten cadres can do foot massage in hypertensive pregnant women.

Keywords: cadre; care; mother; pregnant; hypertension.



Article History:

Received: 28-11-2022

Revised : 15-12-2022

Accepted: 27-12-2022

Online : 01-02-2023



This is an open access article under the
[CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. LATAR BELAKANG

Pembangunan kesehatan sebagai bagian dari pembangunan nasional diarahkan pada peningkatan kualitas sumber daya manusia. Indikator keberhasilan pembangunan kesehatan antara lain adalah penurunan angka kematian ibu dan bayi. Angka kematian ibu (AKI) menggambarkan permasalahan status ibu hamil, ibu melahirkan, dan ibu nifas (Astuti et al., 2016). Angka kematian ibu terdapat penurunan dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu di Indonesia. Pada tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), infeksi (207 kasus) (Primadi et al., 2020).

Indikator AKI sangat dibutuhkan daerah sebagai tolok ukur dalam pencapaian program bidang kesehatan. Data riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dengan hipertensi sebanyak 5,2% (Kemenkes, 2019). Angka kematian ibu di Provinsi Gorontalo pada tahun 2018 yaitu 138,3/100.000 kelahiran hidup (KH). Angka ini sangat tinggi dibandingkan dengan target nasional yaitu 102/ 100.000 KH. Penyebab tertinggi hipertensi dalam kehamilan sebanyak 17%, perdarahan sebanyak 14%, infeksi dan gangguan metabolic masing – masing sebesar 3% (Nalole, 2019).

Angka kematian ibu di Kota Gorontalo sebanyak 9 kasus pada tahun 2020 dengan penyebab terbanyak adalah hipertensi. Berdasarkan studi pendahuluan, kejadian hipertensi pada ibu hamil di Puskesmas Duingingi sebanyak 23 orang, di Puskesmas Kota Selatan sebanyak 9 orang, dan di Puskesmas Hulonthalangi sebanyak 21 orang pada tahun 2021. Kelurahan Tomulabutao terdapat 3 orang ibu hamil hipertensi dari 29 orang ibu hamil (10,35%) dan Kelurahan Hungabotu terdapat 17 orang ibu hamil hipertensi dari 36 ibu hamil (47,2%) (Suleman, 2021).

Hipertensi pada kehamilan sering terjadi dan merupakan penyebab utama kematian ibu melahirkan. Hipertensi pada kehamilan terjadi pada 5% dari semua kehamilan (Karthikeyan, 2015). Sebagian besar disebabkan kondisi stres. Seseorang dalam kondisi stres akan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan pengeluaran cairan lambung yang berlebihan (Astuti et al., 2022). Akibatnya, seseorang akan mengalami mual, muntah, mudah kenyang, nyeri lambung yang berulang dan nyeri kepala (Astuti, 2018). Jika hal ini terjadi terus-menerus, dapat menyebabkan komplikasi hipertensi (Sari et al., 2014).

Pengobatan hipertensi tidak hanya dengan obat-obatan saja, metode pengobatan komplementer dengan terapi pijat dapat menjadi pilihan alternatif yang baik dari segi manfaat dan keamanannya (Marisna et al., 2017). Pijat adalah terapi non-invasif dan membantu untuk menghentikan kerusakan lebih lanjut dari tubuh (Nasrullah et al., 2018). Pijat membantu mengurangi stres dari tubuh ketika diterapkan pada kaki (Savitri & Yuliyanti, 2020). Menerapkan tekanan pada kaki membantu dalam mengembalikan keseimbangan tubuh (Fitriani & Sitepu, 2018). Hal ini juga

membantu dalam mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah, mengurangi tekanan darah dan kolesterol (Sari et al., 2014).

Poltekkes Kemenkes Gorontalo melalui kegiatan Tridarma perguruan tinggi rutin melakukan pengabdian masyarakat berbasis penelitian. Penelitian terkait yang ditindaklanjuti dalam bentuk pengabdian masyarakat yakni penelitian dengan judul “Pijat Kaki dan Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil dengan Hipertensi di Kota Gorontalo” dimana variabel pijat kaki adalah variabel dominan yang mempengaruhi penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi. Pendampingan pijat kaki diharapkan dapat mencegah kejadian hipertensi pada ibu hamil di Kelurahan Huangobotu dan Kelurahan Tomulabutao.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan oleh dua dosen dengan melibatkan tiga mahasiswa. Peran dari mahasiswa adalah mendampingi kader dalam mempraktikkan pijat kaki setelah memperhatikan demonstrasi pijat kaki. Tema dari pengabdian kepada masyarakat adalah “Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Pembentukan Kader Peduli Ibu Hamil Hipertensi”. Mitra dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah kader kesehatan yaitu lima orang dari Kelurahan Huangobotu dan lima orang dari Kelurahan Tamulabutao.

Metode yang dilaksanakan kegiatan ini yakni:

1. Pra Kegiatan

Survey lokasi dan pengambilan data awal dilakukan sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai. Survey lokasi berguna untuk mengetahui lokasi pelaksanaan kegiatan dan data jumlah ibu hamil yang ada di Kelurahan Huangobotu dan Tomulabutao.

2. Kegiatan

Kegiatan ini meliputi: a. Mengumpulkan kader kesehatan dan ibu hamil hipertensi; b. Memberikan demonstrasi tentang pijat kaki; c. Membagikan masker sebagai salah satu bentuk penerapan protokol kesehatan dalam situasi pandemi saat ini; d Membagikan leaflet cara pemijatan kaki; dan e. Kader kesehatan melakukan pemijatan kaki kepada sesama kader.

3. Monitoring dan Evaluasi

a. Monitoring dilaksanakan selama pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Bentuk monitoring berupa pendampingan yang dilakukan oleh mahasiswa dan dosen kepada kader yang melakukan pijat kaki pada ibu hamil hipertensi di Kelurahan Huangobotu dan Tomulabutao Kecamatan Duingingi Kota Gorontalo. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan

keterampilan pijat kaki dari kader yang telah mengikuti demonstrasi pijat kaki.

- b. Evaluasi sebagai tolok ukur keberhasilan program pengabdian ini. Evaluasi dilakukan oleh tim pengabdian untuk mengetahui secara menyeluruh keberhasilan yang dicapai dalam kegiatan ini. Keberhasilan kegiatan didasarkan pada tingkat keterampilan kader melakukan pijat kaki pada ibu hamil. Selain itu, refleksi kader berupa umpan balik dan diskusi terbuka pasca demonstrasi pijat kaki. Keterampilan kader meningkat setelah melakukan pijat kaki secara mandiri dengan pendampingan dan tekanan darah ibu hamil menurun setelah dilakukan pijat kaki.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan berupa demonstrasi dan praktik langsung pijat kaki. Pelaksanaan pembukaan dilaksanakan di Kelurahan Huangobotu dan Tomulabutao Kecamatan Dungingi Kota Gorontalo pada tanggal 03 Juni 2022. Kemudian dilanjutkan dengan pendampingan praktik yang dilaksanakan pada bulan kedua sampai dengan bulan keempat yaitu bulan Juli sampai dengan September 2022. Adapun kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dari melakukan:

1. Pelaksanaan Pra Kegiatan

Pra kegiatan ini terdiri dari: survey lokasi dan pengambilan data awal jumlah ibu hamil hipertensi. Pengusulan proposal kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat Poltekkes Kemenkes Gorontalo. Setelah itu, melakukan koordinasi dengan sasaran mitra yaitu kader dan perangkat Kelurahan Huangobotu dan Tomulabutao Kecamatan Dungingi Kota Gorontalo. Kemudian melakukan persiapan pembukaan, alat, dan bahan dengan melibatkan mahasiswa, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Survey Lokasi

Gambar 1 menunjukkan kegiatan survey lokasi di Kelurahan Huangobotu. Hasil dari survey lokasi adalah perangkat Kelurahan Huangobotu dan Tamulabutao mendukung kegiatan pengabdian kepada

masyarakat dengan mengutus kader kesehatan dan menyediakan tempat serta peralatan saat pembukaan dan penutupan. Selain itu, juga menyediakan data yang dibutuhkan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan menjadi dua tahap. Tahap pertama yaitu pembukaan yang dilakukan pada tanggal 03 Juni 2022 di Kantor Kelurahan Huangobotu sesuai dengan jadwal. Acara ini dibuka oleh perwakilan pemerintah Kelurahan Huangobotu dan ketua tim pengabdian kepada masyarakat (pengabmas). Kegiatan diikuti oleh kader dari dua kelurahan, tim pengabmas, dan perangkat pemerintah Kelurahan Huangobotu. Pembukaan ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Pembukaan Kegiatan Pengabmas

Gambar 3 menunjukkan demonstrasi pijat kaki dilakukan setelah pembukaan. Setelah demonstrasi, kader melakukan pijat kaki sesama kader. Selagi kader pijat kaki, tim pengabmas mendampingi dan membenarkan apabila kader belum sesuai dengan demonstrasi yang telah diberikan oleh tim pengabmas, seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Demonstrasi Pijat Kaki

3. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan dalam bentuk pendampingan kader dengan melakukan pijat kaki pada ibu hamil dengan hipertensi. Hasil monitoring menggambarkan bahwa kader sudah mampu melakukan pijat kaki dengan benar. Selain itu, tekanan darah ibu menurun. Tim pengabmas maupun mahasiswa mendampingi kader melakukan pijat kaki. Tim juga memberikan support kepada kader untuk melakukan pijat kaki secara rutin kepada ibu hamil dengan hipertensi. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Kader melakukan pijat kaki

Pengobatan hipertensi tidak hanya dengan obat-obatan saja, metode pengobatan komplementer dengan terapi pijat dapat menjadi pilihan alternatif yang baik dari segi manfaat dan keamanannya (Marisna et al., 2017). Pijat adalah terapi non-invasif dan membantu untuk menghentikan kerusakan lebih lanjut dari tubuh (Nasrullah et al., 2018). Pijat membantu mengurangi stres dari tubuh ketika diterapkan pada kaki (Savitri & Yuliyanti, 2020). Menerapkan tekanan pada kaki membantu dalam mengembalikan keseimbangan tubuh (Fitriani & Sitepu, 2018). Hal ini juga membantu dalam mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah, mengurangi tekanan darah dan kolesterol (Sari et al., 2014).

Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan responden termasuk remaja. Penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja dilakukan secara efektif dan efisien yang diberikan baik visual maupun audio sehingga pengetahuan akan mudah diingat (Johariyah & Mariati, 2018).

Tujuan dan manfaat penyuluhan adalah untuk meningkatkan pemahaman seseorang sesuai dengan perubahan teknologi, untuk mengurangi waktu belajar bagi seseorang baru agar menjadi kompeten untuk membantu masalah operasional, untuk menyiapkan seseorang untuk lebih mengenal organisasinya (Aryani et al., 2022).

Penyuluhan dapat membantu seseorang membuat keputusan yang lebih baik, meningkatkan kemampuan di bidang kerjanya sehingga dapat mengurangi stress dan menambah rasa percaya diri. Adanya tambahan

informasi tentang program yang diperoleh dari penyuluhan dapat dimanfaatkan sebagai proses penumbuhan intelektualitas sehingga kecemasan menghadapi perubahan di masa-masa mendatang dapat dikurangi (Bariqi, 2020).

Hasil kegiatan ini adalah terbentuknya kader peduli ibu hamil hipertensi. Kader yang terbentuk bersedia melakukan pijat kaki secara rutin kepada ibu hamil. Peserta mengalami peningkatan keterampilan pijat kaki pada ibu hamil dengan hipertensi dan tekanan darah ibu hamil menurun.

4. Kendala yang Dihadapi

Kendala yang dihadapi adalah ibu hamil yang hipertensi berdasarkan studi pendahuluan sudah melahirkan sehingga ibu hamil hipertensi di tahun 2022 tinggal lima orang ibu hamil hipertensi. Selain itu, keaktifan kader kesehatan masih kurang.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah membentuk kader peduli ibu hamil hipertensi, yang diharapkan dapat melakukan pijat kaki pada ibu hamil hipertensi. Kader yang mengikuti kegiatan ini semakin paham tentang pijat kaki dan mencegah hipertensi pada ibu hamil. Kemampuan kader meningkat 100% setelah mengikuti pelatihan pijat kaki. Saran yang dapat dilakukan oleh kader adalah konsisten dan aktif melakukan pijat kaki pada ibu hamil hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada direktur dan ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Potekkes Kemenkes Gorontalo yang telah memberikan izin pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih juga disampaikan kepada lurah dan perangkat kelurahan serta kader Kelurahan Huangobotu dan Tomulabutao Kecamatan Duingingi Kota Gorontalo yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam kegiatan kegiatan penyuluhan dan pembentukan kader peduli ibu hamil hipertensi.

DAFTAR RUJUKAN

- Aryani, N. P., Afrida, B. R., Annisa, N. H., & Idyawati, S. (2022). Pemberdayaan Remaja sebagai Dai Kesehatan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, *6*(3), 1675–1681. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v6i3.7629>
- Astuti, E. R. (2018). Asuhan Kebidanan Pada Ny.D Usia Kehamilan 37 Minggu G4p3a0 Dengan Kehamilan Hipertensi Di Desa Bandar Agung Kecamatan Ulu Manna. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *7*(2), 84–93. <https://doi.org/10.35952/jik.v7i2.125>
- Astuti, E. R., Husain, F. I., & Sujawaty, S. (2022). Literature Review: Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi dalam Kehamilan. *Journal Health and Science: Gorontalo Journal Health & Science Community*, *6*(3), 284–292. <https://doi.org/https://doi.org/10.35971/gojhes.v6i3.16523>

- Astuti, E. R., Nurdiati, R. D. S., & Rokhanawati, D. (2016). Pengaruh Pemberian ASI terhadap Lama Masa Nifas di Puskesmas Trucuk I. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(1), 69–76. <https://doi.org/https://search.crossref.org/?q=2477-8184>
- Bariqi, M. D. (2020). Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia. *Jurnal Manajemen*, 5(2).
- Fitriani, D., & Sitepu, P. (2018). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan. *Edudharma Journal*, 2(2), 50–59.
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Dr. Soetomo*, 4(1), 38–46.
- Karthikeyan. (2015). *Hypertension in Pregnancy* (2nd Editio). Oxford Cardiology Library.
- Kemendes. (2019). *Laporan Provinsi Gorontalo Riskesdas 2018* (I). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Marisna, D., Budiharto, I., & Sukarni. (2017). *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam Kecamatan Pontianak Timur*. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Nalole, M. E. . (2019). *Profil Kesehatan Tahun 2018*. <https://dinkes.gorontaloprov.go.id/profil-kesehatan/>
- Nasrullah, M., Mahdiyah, D., & Vidiyari, P. (2018). *Efektivitas Pijat Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Produktif Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Pelambuan Banjarmasin*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin.
- Primadi, O., Budijanto, D., & Hardhana, B. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
- Sari, L. T., Renityas, N. N., & Wibisono, W. (2014). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 1(3), 202–206.
- Savitri, N., & Yuliyanti, T. (2020). Pijat Kaki Dan Pisang Ambon Atasi Masalah Perilaku Mencari Pertolongan Kesehatan Pada Keluarga Hipertensi. *Indonesian Journal On Medical Science*, 7(2), 113–119.
- Suleman, Y. Y. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo.