

PENGABDIAN MASYARAKAT BERBASIS HASIL RISET: KELAS TENSI (KELOMPOK LANSIA SADAR HIPERTENSI) SEBAGAI UPAYA PREVENTIF PENYAKIT JANTUNG KORONER

Title	PENGABDIAN MASYARAKAT BERBASIS HASIL RISET: KELAS TENSI (KELOMPOK LANSIA SADAR HIPERTENSI) SEBAGAI UPAYA PREVENTIF PENYAKIT JANTUNG KORONER
Author Order	1 of 1
Accreditation	6
Abstract	<p>Kejadian hipertensi di Indonesia cukup tinggi. Mayoritas penderitanya tidak menyadari bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi. Tekanan darah yang tinggi berisiko terjadi penyakit jantung koroner bahkan serangan jantung. Permasalahan Posyandu lansia RW 01 dan kelompok hipertensi</p> <p>Sehati antara lain tidak menyadari sakit hipertensi, belum mengetahui cara pencegahan penyakit jantung koroner, belum mengetahui cara menurunkan tekanan darah tanpa obat kimia, dan belum mengetahui cara menghilangkan nyeri kepala sebagai keluhan utama yang dirasakan penderitanya tanpa menggunakan obat kimia. Permasalahan tersebut diperlukan solusi yang tepat untuk mencegah terjadinya penyakit jantung koroner. Solusi yang ditawarkan yaitu (1) Menyadarkan lansia bahwa dirinya sedang mengalami hipertensi melalui pendidikan kesehatan tentang hipertensi, mendampingi dan coaching sadar hipertensi (2) Membentuk Kelas Tensi (Kelompok Lansia Sadar Tensi) (3) Pendidikan kesehatan tentang cara menurunkan tekanan darah tanpa obat kimia (4) Pendidikan kesehatan tentang cara menghilangkan nyeri kepala akibat hipertensi tanpa menggunakan obat kimia (5) Memberikan terapi komplementer (terapi humor) untuk menghilangkan nyeri kepala akibat hipertensi (6) pendidikan kesehatan tentang cara pencegahan penyakit jantung koroner. Target yang dicapai yaitu peningkatan sadar hipertensi 90%, Terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang cara menurunkan tekanan darah tanpa obat kimia dan cara menghilangkan nyeri kepala akibat hipertensi ($p < 0,01$) terbentuknya Kelas Tensi 100%, anggota kelas tensi menjalani terapi humor 100%. Terdapat perbedaan yang bermakna tekanan darah sistolik pada pemantauan awal dan akhir kelas tensi ($p=0,012$). Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu leaflet sadar tensi, metode sadar tensi, paten kelas tensi</p>
Publisher Name	Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M), Universitas Negeri Semarang
Publish Date	2020-08-09
Publish Year	2020
Doi	
Citation	
Source	Jurnal Abdimas
Source Issue	Vol 24, No 2 (2020): September
Source Page	142-147
Url	https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/article/downloadSuppFile/16741/3047
Author	Dr SIDIK AWALUDIN, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB