



PELATIHAN KADER TENTANG JARIPUNTUR SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI DI DESA GUNTUR MACAN KECAMATAN GUNUNG SARI LOMBOK BARAT

Irni Dwiastiti Irianto, Herni Sulastien*, Siti Aisyah, Eva Zulfa, Diny Kusumawardani, Abdurrahman Khuzafi

Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, Jl. Kaktus No.1-3, Gomong, Kec. Mataram, Kota Mataram, Nusa Tenggara Bar. 83126

*hernisulastien@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang disebut sebagai the silent killer karena dapat menyebabkan berbagai komplikasi dan menyerang organ-organ yang ada di dalam tubuh. Kabupaten Lombok Barat juga mengalami peningkatan Hipertensi salah satunya desa Guntur macan, dengan kasus 242 hipertensi. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan pelatihan jaripuntur kepada kader kesehatan untuk pencegahan hipertensi dengan harapan menurunkan angka kesakitan akibat hipertensi di desa guntur macan kecamatan gunung sari lombok barat. Metode yang digunakan dengan ceramah, diskusi, pembagian leaflet mengenai materi hipertensi dan jaripuntur, kemudian praktik secara langsung jaripuntur, pelaksanaan pengabdian ini dilakukan melalui 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Jumlah peserta pada penyuluhan adalah 10 orang. Hasil yang didapatkan pada kegiatan pelatihan yaitu kader peserta pelatihan antusias dalam pelaksanaan praktik jaripuntur. Di akhir kegiatan dilakukan evaluasi dimana peserta pelatihan langsung mencoba teknik pelaksanaan jaripuntur dan bagi kader yang kurang paham akan diberikan kesempatan untuk bertanya dan diakhir kegiatan tim akan mengevaluasi lagi teknik jaripuntur yang kurang dimengerti oleh kader peserta pelatihan. Diharapkan kegiatan pelatihan kader ini dapat dimonitoring dan evaluasi berkelanjutan untuk dapat diterapkan pada masyarakat Desa Guntur macan khususnya.

Kata kunci: hipertensi; jaripuntur; pelatihan kader

CADRE TRAINING ON FINGERTIPS AS AN EFFORT TO PREVENT HYPERTENSION IN GUNTUR MACAN VILLAGE, GUNUNG SARI SUB-DISTRICT, WEST LOMBOK

ABSTRACT

Hypertension is a disease known as the silent killer because it can cause various complications and attack the organs in the body. West Lombok Regency has also experienced an increase in hypertension, one of which is the Guntur macan village, with 242 cases of hypertension. The purpose of this service is to provide finger puncture training to health cadres for the prevention of hypertension in the hope of reducing morbidity due to hypertension in Guntur Macan Village, Gunung Sari District, West Lombok. The method used is lectures, discussions, distribution of leaflets regarding hypertension and finger puncture, then direct practice of finger puncture, the implementation of this service is carried out through 3 stages, namely the preparation, implementation and evaluation stages. The number of participants in the extension was 10 people. The results obtained in the training activities were that the cadres of training participants were

enthusiastic in carrying out the practice of finger puncture. At the end of the activity an evaluation is carried out where the training participants immediately try the finger puncture technique and cadres who do not understand will be given the opportunity to ask questions and at the end of the activity the team will evaluate again the finger puncture technique which the training participant cadres do not understand. It is hoped that this cadre training activity can be monitored and evaluated continuously so that it can be applied to the people of Guntur Macan Village in particular.

Keywords: cadre training; finger puncture; hypertension

PENDAHULUAN

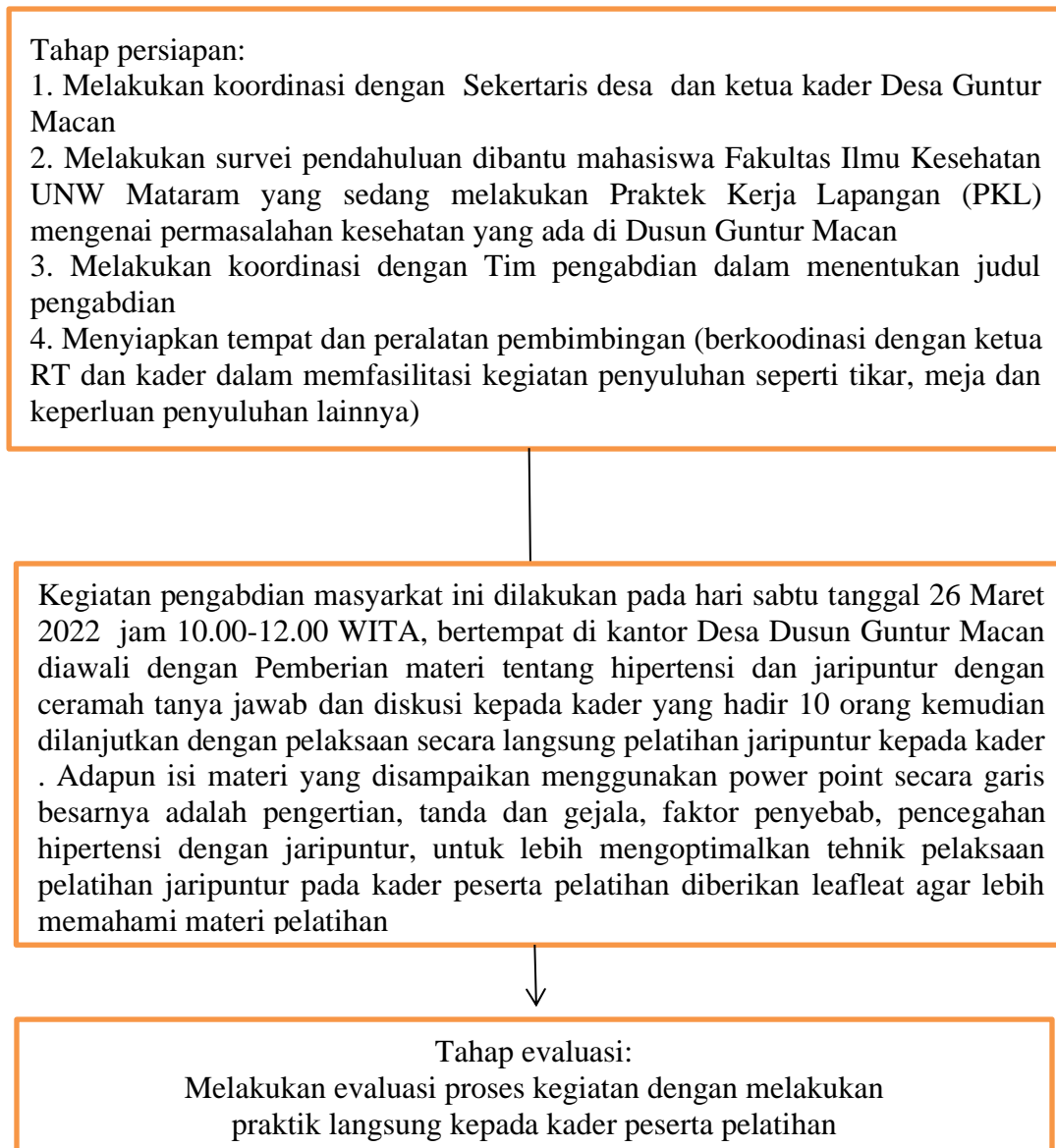
Hipertensi merupakan penyakit yang disebut sebagai the silent killer karena dapat menyebabkan berbagai komplikasi dan menyerang organ-organ yang ada di dalam tubuh seperti serangan jantung, gagal ginjal, dan juga kebutaan, dari 15 juta kasus hipertensi yang ada di Indonesia hanya ada 4% yang hipertensinya terkontrol dan ditemukan 50% orang dari total kasus tersebut tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi sehingga tidak mengubah atau menghindari faktor resiko yang dapat menyebabkan atau memperparah hipertensi. kasus hipertensi primer terjadi sekitar 90-95% dan biasanya akan terjadi penambahan setiap tahunnya, sedangkan pada hipertensi sekunder muncul secara tiba-tiba dan tekanan darahnya lebih dari hiperetnsi primer ¹. Hal ini juga sesuai dengan data Profil kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat jumlah kasus hipertensi dari tahun 2018 ke tahun 2019 terjadi peningkatan ². Sedangkan di Kabupaten Lombok Barat juga mengalami peningkatan. Salah satu Puskesmas yang ada di Lombok Barat yakni Puskesmas Gunung sari yang terdiri dari 7 desa, salah satunya desa Guntur macan, dengan kasus 242 hipertensi³

Tingginya prevalensi hipertensi merupakan masalah bagi derajat kesehatan masyarakat, sehingga penderita hipertensi perlu mendapatkan pengobatan yang aman dari efek samping obat, karena pengobatan harus dilakukan dalam jangka waktu yang lama maka perlu dilakukan terapi pengobatan yaitu terapi komplementer ⁴, Terapi komplementer yang dapat diberikan untuk mengurangi efek samping pengobatan hipertensi kepada pasien yaitu jaripuntur dengan melakukan tekanan pijat (menggunakan tangan terapis tanpa alat apapun), pijatan dilakukan pada jari tangan dan kaki, punggung dan kepala, pada masing masing jari terdapat titik titik merdian, titik titik meridian jarikupuntur berawal dan berakhir dari satu jari menuju jarin lainnya yang saling berhubungan serta membentuk satu kesatuan dan saling mempengaruhi meridian antar organ untuk membentuk keseimbangan ⁵ adanya pengaruh terapi pijat refleksi kaki dengan metode manual didapatkan hasil bawa terjadi penurunan terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi ⁶ terapi pijat pada leher merupakan Salah satu intervensi keperawatan yang dilakukan untuk menurunkan hipertensi pada pasien ⁷

Dari hasil wawancara terhadap 5 orang kader kesehatan didesa guntur macan didapatkan informasi bahwa kader belum pernah mendapatkan pelatihan mengenai jaripuntur untuk pencegahan hipertensi. Berdasarkan permasalahan yang didapatkan, Tim pengabdian memutuskan untuk melaksanakan pelatihan jaripuntur kepada kader kesehatan sebagai upaya untuk pencegahan hipertensi yang bisa dilakukan untuk masyarakat dusun Guntur Macan, peranan kader kesehatan dalam upaya penataan desa bebas hipertensi sangat diperlukan sehingga perlu diberikan pelatihan pendampingan kader ⁸

METODE

Metode Alur kegiatan pengabdian masyarakat pelatihan kader tentang jaripuntur sebagai upaya pencegahan hipertensi seperti pada gambar:



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pelatihan kader tentang jaripuntur sebagai upaya pencegahan hipertensi dilaksanakan di Kantor Desa Guntur Macan. Pelaksanaan pelatihan Jaripuntur kepada kader terlaksana baik dan lancar. Tahapan pelaksanaanya dibagi menjadi 2 yaitu:

1. Pemberian materi tentang hipertensi dan jaripuntur dengan ceramah tanya jawab



Gambar 1. pemberian materi pelatiba kader tentang jaripuntur sebagai upaya pencegahan hipertensi.

2. Pelaksanaan pelatihan jaripuntur kepada kader



Gambar 2. kader peserta pelatihan jaripuntur

Selanjutnya adalah kegiatan evaluasi dimana peserta pelatihan langsung mencoba teknik pelaksanaan jaripuntur dan bagi kader yang kurang paham akan diberikan kesempatan untuk bertanya dan diakhir kegiatan tim akan mengevaluasi lagi tehnik jaripuntur yang kurang dimengerti oleh kader peserta pelatihan .



Gambar 3. peserta pelatihan praktik langsung mencoba tehnik pelaksanaan jaripuntur

Selama pelaksanaan kegiatan pelatihan, kader yang ikut sangat antusias dan tampak menyimak setiap materi yang diberikan. Disaat tahapan peserta pelatihan langsung mencoba tehnik pelaksanaan jaripuntur tampak kader peserta pelatihan memahami dengan cara langsung mempratikan bagaimana cara jaripuntur tersebut dilakukan. Anggota masyarakat yang dilatih dan dibina ini disebut dengan istilah kader. Selama ini pelatihan dan pembinaan kader difokuskan fokus pelatihan dan pembinaan ditekankan pada bidang kesehatan⁹ perlunya keterlibatan masyarakat terutama kader kesehatan untuk lebih aktif pada pencegahan dan penanganan penyakit di masyarakat¹⁰ Kader posyandu mempunyai potensi yang sangat besar karena kader sangat dekat dengan masyarakat di wilayah sendiri, sehingga pasien dengan hipertensi menjadi lebih terkontrol tekanan darahnya.

SIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari pelatihan kader tentang jaripuntur sebagai upaya pencegahan hipertensi dimana dapat dilihat bahwa kader yang mengikuti pelatihan ini memahami dan mempraktikan secara langsung tehnik jaripuntur yang sudah didapatkan saat pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasnah, & Ekawati, D. (2016). Pengaruh Terapi Akupunktur Pada Pasien Hipertensi Di Balai Kesehatan Tradisional Masyarakat Makassar. *Journal Of Islamic Nursing*, 1(1), 41–46, 2016
- Arfiyan Sukmadi, La Ode Alifariki. (2021). Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 109-114.
- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat. Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2017. <https://dinkes.ntbprov.go.id/profil-kesehatan/>, 2017
- Musniati, Shohipatul Mawaddah. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia *Jurnal Peduli Masyarakat* 4 (1).
- Wong, F. (2018). *Holistik care with jaripuntur*, Jakarta : Wong publishing.
- Faridah Umamah, Shinta Paraswat. (2019). Pengaruh terapi pijat refleksi kaki dengan metode manual terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah karangrejo timur wonokromo surabaya , *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 7 No. 2*.
- Subandiyo. (2014). Pengaruh pijat tengkuk dan hipnotis terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi , *Jurnal Keperawatan Soedirman*, Volume 9, No.3.
- Iis Noventi , Yanis Kartini. (2020). Pendampingan kader lansia dalam penataan desa bebas hpertensi dan ramah lansia di kelurahan kupang, kecamatan jabon, sidoarjo, *Prosiding SEMADIF Vol. 1*.

- Nur Hayati, Muthmainnah. (2015). elatihan kader posyandu dalam deteksi perkembangan anak usia dini, Jurnal Pendidikan Anak, Volume IV, Edisi 2.
- Santi Herlina, Wiwin Winarti. (2018). Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader kesehatan melalui pelatihan bantuan hidup dasar, Riau Journal Of Empowerment · Volume 1 (2): 85-90.
- Maulidta K W, Heny Prasetyorini. (2016). Upaya peningkatan ketrampilan kader posyandu dalam pengukuran tekanan darah melalui pelatihan kader, Dosen AKPER Widya Husada Semarang.