



## Optimalisasi Peran *Caregiver* Hipertensi saat Pandemi Covid-19 di Dusun Trojayan Paremono Magelang

Muhammad Khoirul Amin, Sri Ratnani Khasanah, Tryana Dhewi Febryani, Hermas

Dyah Paramita, Henryco Febtian Satria Kinasih✉

Universitas Muhammadiyah Magelang

✉ [henrycofebtian@gmail.com](mailto:henrycofebtian@gmail.com)

doi <https://doi.org/10.31603/ce.4295>

### Abstrak

Hipertensi adalah faktor risiko utama penyakit kardiovaskular dan stroke. Dusun Trojayan memiliki cukup banyak kasus hipertensi, di samping kasus hiperkolesterolemia maupun kasus DM. Namun hipertensi memiliki jumlah penderita terbanyak dibanding kasus penyakit yang lain. Dari analisis data, menunjukkan adanya 32 warga tercatat menderita hipertensi. Program Pengabdian Masyarakat Terpadu (PPMT) bertujuan untuk memaksimalkan pemantauan terhadap penderita hipertensi dengan melibatkan salah satu anggota keluarga sebagai penanggung jawab agar penderita hipertensi dapat terpantau. Dengan menggunakan metode RUP: *Inception* (permulaan), *elaboration* (perencanaan), *construction* (konstruksi), dan *transition* (transisi). Hasil dari kegiatan ini adalah *caregiver* memahami tentang penyakit hipertensi dan pencegahannya serta terampil menggunakan tensi digital untuk memantau penderita hipertensi. Masyarakat juga berperan aktif dalam kegiatan menanam tanaman obat keluarga (toga) untuk mencegah penyakit hipertensi seperti belimbing wuluh, pohon salam, tapak dara, seledri, dan wortel. Dalam pendampingan, masyarakat sudah mampu melanjutkan kegiatan yang diajarkan pada saat PPMT, dan telah ditunjuk 1 orang dalam keluarga untuk bertanggung jawab sebagai pemantau penderita hipertensi. Kesimpulan program PPMT ini sangat bermanfaat untuk mengoptimalkan peran *caregiver* hipertensi, sehingga penderita hipertensi dapat terpantau. Luaran kegiatan berupa publikasi media massa, leaflet dan buku saku penderita hipertensi, video kegiatan, dan artikel ilmiah.

**Kata Kunci:** *Caregiver*, Hipertensi, Toga, PPMT

## 1. Pendahuluan

Hipertensi adalah faktor risiko utama penyakit kardiovaskular dan stroke. Jumlah orang dewasa dengan hipertensi di seluruh dunia diperkirakan akan mencapai 1,56 miliar orang pada tahun 2025. Prevalensi hipertensi telah meningkat selama beberapa dekade terakhir dan telah menjadi masalah kesehatan utama karena kesadaran pengobatan dan tingkat kontrol hipertensi yang masih sangat rendah. Pengobatan dasar untuk hipertensi adalah non-farmakologis terapi, dan termasuk penurunan berat badan, asupan natrium terbatas, aktivitas fisik, dan penghentian merokok dan konsumsi alkohol. Namun, kepatuhan jangka panjang dengan pengobatan non-farmakologis sulit bagi sebagian besar pasien. Oleh karena itu, obat anti-hipertensi adalah pilihan yang lebih disukai untuk mengobati hipertensi. Namun, mereka dikaitkan dengan efek samping seperti resistensi obat. Oleh karena itu, pilihan perawatan yang lebih efektif dan aman sangat diperlukan untuk pasien hipertensi (Trisnawati & Jenie, 2019).

Berdasarkan penelitian dari (Sugiyanto, 2016) dengan judul “Hubungan Peran Serta Kader Posyandu dengan Perawatan Hipertensi pada Lansia di Desa Salamrejo Sentolo, Kulon Progo” menggunakan 57 sampel. Hasil penelitian ini diperoleh harga koefisien Spearman's rho (r) antara peran serta kader posyandu lansia dengan perawatan pasien hipertensi sebesar 0,294 dan nilai p value sebesar  $0,026 < 0,05$ . Kesimpulan bahwa ada hubungan antara peran serta kader posyandu lansia dengan perawatan hipertensi pada lansia.

Dusun Trojayan merupakan salah satu dusun yang terletak di Desa Paremono, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Dari data demografi didapatkan jumlah anggota keluarga menurut kelompok umur 22-59 tahun merupakan jumlah terbanyak dibanding rentang usia yang lain. Menduduki urutan kedua adalah umur 60 tahun ke atas. Berdasarkan survei pendahuluan dengan mitra, didapatkan bahwa Dusun Trojayan memiliki cukup banyak kasus hipertensi, disamping kasus hiperkolesterolemia maupun kasus DM. Namun Hipertensi memiliki jumlah penderita terbanyak dibanding kasus penyakit yang lain. Hal ini terbukti setelah dilakukan analisis data, menunjukkan adanya 32 warga tercatat menderita hipertensi.

Kepala Dusun Trojayan juga mengatakan dengan adanya pandemi Covid-19, posyandu lansia tidak berjalan sehingga penderita hipertensi di Dusun Trojayan tidak mendapatkan pelayanan. Sedangkan untuk melakukan kontrol rutin atau kunjungan ke fasilitas kesehatan pasien merasa takut tertular Covid-19. Sehingga lansia yang menderita hipertensi tidak mendapatkan pelayanan dari siapapun. Dari hasil paparan tersebut kami tertarik untuk mengambil tema “Optimalisasi Peran *Caregiver* Hipertensi Saat Pandemi Covid-19”. Kegiatan ini bertujuan untuk memaksimalkan pemantauan terhadap penderita hipertensi dengan melibatkan salah satu anggota keluarga sebagai penanggung jawab agar penderita hipertensi dapat terpantau.

## 2. Metode

---

Berdasarkan permasalahan dari mitra, maka pendekatan pelaksanaan menggunakan metode RUP (*Rational Unified Process*). Langkah-langkah dengan menerapkan metode RUP adalah diawali dengan *inception*, pada fase ini dilakukan pendahuluan mengenai permasalahan yang dialami oleh mitra kemudian mencari jawaban atau solusi bagi masalah tersebut. Kemudian *elaboration*, pada fase ini dilakukan perencanaan strategi untuk menyelesaikan masalah mitra dengan mempertimbangkan apakah strategi yang akan kita terapkan memungkinkan untuk dilaksanakan atau tidak dan berdasarkan tingkat keberhasilan juga. Selanjutnya ada *construction*, pada fase ini dilakukan penyusunan materi untuk disampaikan kepada mitra dan penyiapan hal-hal yang dibutuhkan untuk menunjang keberhasilan kegiatan yang telah direncanakan. Langkah terakhir adalah *transition*, pada fase ini dilakukan kegiatan yang telah terencana di fase sebelumnya. Pelaksanaan kegiatan terdiri dari sosialisasi tentang masalah hipertensi dan pencegahannya, pemanfaatan toga, pelatihan penggunaan tensi digital, serta penanaman toga dengan memanfaatkan pekarangan yang ada.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Dusun Trojayan merupakan salah satu dusun yang terletak di Desa Paremono, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Dari data demografi didapatkan jumlah anggota keluarga menurut kelompok umur 22-59 tahun merupakan jumlah terbanyak dibanding rentang usia yang lain. Menduduki urutan kedua adalah umur 60 tahun ke atas. Dari kelompok umur 22-59 tahun tersebut menunjukkan adanya 32 warga tercatat menderita hipertensi, sesuai konsep termasuk kelompok rentan terkena penyakit degenerative (Esti Rahayu, 2020). Sebagian besar warga tersebut aktif mengikuti posyandu lansia namun Kepala Dusun Trojayan mengatakan dengan adanya pandemi Covid-19, posyandu lansia tidak berjalan, sehingga penderita hipertensi di Dusun Trojayan tidak mendapatkan pelayanan. Sedangkan untuk melakukan kontrol rutin atau kunjungan ke fasilitas kesehatan pasien merasa takut tertular Covid-19, sehingga lansia yang menderita hipertensi tidak mendapatkan pelayanan dari siapapun. Kami sebagai tim PPMT ingin mengoptimalkan peran dari *caregiver* hipertensi di Dusun Trojayan. Maka dari itu, kami melaksanakan sosialisasi dan berbagai macam pelatihan untuk mitra kami sehingga peran *caregiver* hipertensi dapat optimal untuk dijalankan. Peserta yang dipilih untuk mengikuti kegiatan dari kami adalah keluarga dari pasien hipertensi karena dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan untuk mengontrol penyakit dari pasien dan keluarga juga merupakan orang terdekat yang dapat selalu ada bagi pasien (Efendi & Larasati, 2017). Dari hasil kegiatan diperoleh hasil bahwa masyarakat sangat antusias untuk mengikuti kegiatan dan tingkat kepehaman dari masyarakat juga cukup baik dilihat dari sesi tanya jawab yang dilakukan di akhir kegiatan dengan jawaban yang tepat. Pada kegiatan pelatihan, masyarakat atau mitra dilatih untuk berperan sebagai *caregiver* hipertensi dengan baik dan benar. Mulai dari cara merawat pasien hipertensi, cara penggunaan tensi digital bagi pasien hipertensi dengan baik dan benar, cara pembuatan jamu bagi pasien hipertensi yang baik dan benar dengan memperhatikan dosis dan aturan minum yang tepat, dan yang terakhir adalah cara menanam dan merawat toga sebagai terapi herbal pasien hipertensi. Seluruh kegiatan yang kami laksanakan telah sesuai dengan pengertian dari *caregiver* itu sendiri (Kementerian Kesehatan RI, 2019) yaitu memberikan bantuan dalam aspek fisik, mental, sosial budaya dan spiritual. *Caregiver* lansia harus memiliki pengetahuan dasar tentang pendampingan dan pemberian bantuan yang tepat untuk lansia yang membutuhkan PJP. Setelah selesainya kegiatan pelatihan, dilaksanakan lagi sesi tanya jawab dan sebagian besar mitra telah menjawab dengan tepat sesuai dengan yang diajarkan oleh mahasiswa ketika pelatihan dilaksanakan. Selesainya seluruh kegiatan diharapkan mampu untuk mengoptimalkan peran *caregiver* hipertensi di Dusun Trojayan di masa pandemi Covid-19 ini. Hal ini terbukti ketika dilakukan evaluasi dari kegiatan pendampingan melalui Wag (*WhatsApp Group*), masyarakat telah berhasil melaksanakan tugasnya dengan baik sebagai *caregiver* hipertensi. Bahkan telah ditunjuk 1 orang dalam keluarga untuk bertanggung jawab sebagai pemantau penderita hipertensi untuk melanjutkan kegiatan. Adapun rincian kegiatan adalah sebagai berikut:

#### 3.1. Sosialisasi

Sosialisasi kegiatan PPMT dilaksanakan pada 14 September 2020 di Kampung Kali Desa Paremono, dihadiri oleh bapak kepala desa beserta jajarannya. Tim menyampaikan bahwa tema yang diambil dalam kegiatan PPMT ini bertujuan untuk memaksimalkan pemantauan terhadap penderita hipertensi dengan melibatkan salah satu anggota

keluarga sebagai penanggung jawab agar penderita hipertensi dapat terpantau disaat pandemi Covid-19 di Dusun Trojayan, Desa Paremono. Kegiatan yang akan dilakukan adalah sosialisasi terhadap *caregiver* dan masyarakat tentang hipertensi, pelatihan budidaya tanaman toga, pelatihan pengolahan tanaman herbal sebagai obat tradisional hipertensi. Kepala desa menyambut baik kegiatan PPMT ini dan berharap kegiatan ini bisa benar-benar memberikan dampak positif pada penderita hipertensi di Dusun Trojayan dan dari pihak desa akan mendukung penuh agar kegiatan ini bisa berjalan dengan lancar.

### 3.2. Pelatihan

#### a. Pelatihan *Caregiver* Hipertensi

Kegiatan ini dilaksanakan pada 17 Oktober 2020 dengan menggunakan metode penyuluhan tentang *caregiver* hipertensi dan pengobatan tradisional hipertensi. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di rumah kepala Dusun Trojayan, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Acara tersebut dihadiri oleh 25 orang yang merupakan keluarga dari pasien hipertensi. Kegiatan dibuka dengan sambutan dari ketua anggota PPMT Dusun Trojayan Ns. Khoirul Amin, M.Kep dan dilanjutkan dengan pembukaan oleh Kepala Dusun Trojayan Bp. Purwanto. Kemudian dilaksanakan penyuluhan tentang penyakit hipertensi, peran *caregiver* hipertensi, dan pengobatan tradisional untuk penyakit hipertensi seperti yang ditunjukkan pada [Gambar 1](#).



Gambar 1. Kegiatan pelatihan *caregiver* hipertensi

#### b. Pelatihan penggunaan tensi digital

Dilaksanakan pada 24 Oktober 2020, kegiatan pelatihan dilaksanakan di rumah kepala Dusun Trojayan, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Acara tersebut dihadiri oleh 25 orang yang merupakan keluarga dari pasien hipertensi. Kegiatan dibuka dengan sambutan dari Ketua anggota PPMT Dusun Trojayan Ns. Khoirul Amin, M.Kep dan dilanjutkan dengan pembukaan oleh Kepala Dusun Trojayan Bp. Purwanto. Kemudian dilanjutkan kegiatan pelatihan tentang *caregiver* hipertensi dan penggunaan tensi digital. Pelatihan *caregiver* hipertensi berisi tentang bagaimana cara merawat pasien hipertensi, bagaimana pola makan pasien hipertensi, bagaimana pola hidup sehat bagi pasien hipertensi, dan pelatihan penggunaan tensi digital yang sudah tercantum dalam leaflet dan buku saku yang telah dibagikan kepada peserta kegiatan PPMT. Penggunaan tensi digital dianggap dapat lebih mudah dipahami oleh *caregiver* hipertensi di Dusun Trojayan. Proses pelatihan diakhiri dengan sesi tanya jawab antara peserta dengan anggota PPMT dan penyerahan tensi digital pada Kepala Dusun Trojayan. Setelah kegiatan selesai peserta PPMT diperkenankan untuk bertanya ketika belum paham melalui Wag sebagaimana yang ditunjukkan pada [Gambar 2](#).



Gambar 2. Kegiatan pelatihan *caregiver* hipertensi dan penggunaan tensi digital

#### c. Pelatihan pembuatan sediaan jamu tradisional bagi penyakit hipertensi

Pada 7 November 2020 kegiatan pelatihan dilaksanakan di rumah kepala Dusun Trojayan, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Acara tersebut dihadiri oleh 25 orang yang merupakan keluarga dari pasien hipertensi. Kegiatan dibuka dengan sambutan dari Ketua anggota PPMT Dusun Trojayan Ns. Khoirul Amin, M.Kep dan dilanjutkan dengan pembukaan oleh Kepala Dusun Trojayan Bp. Purwanto. Kemudian dilaksanakan kegiatan pelatihan pembuatan jamu tradisional bagi pasien hipertensi. Kegiatan ini berpusat pada pengolahan tanaman toga sebagai terapi hipertensi dengan mencontohkan pengolahan toga oleh anggota PPMT. Peserta kegiatan PPMT diberikan leaflet dan buku saku yang berisi cara pengolahan toga dan dosis konsumsi sediaan sehingga *caregiver* dapat dengan mudah untuk mengolah tanaman dan paham akan dosis konsumsi sesuai dengan panduan dari leaflet serta buku saku. Setelah kegiatan selesai peserta PPMT diperkenankan untuk bertanya ketika belum paham melalui Wag sebagaimana yang ditunjukkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Kegiatan pelatihan pembuatan jamu

#### d. Pelatihan budidaya tanaman toga

Kegiatan dilaksanakan pada 23 November 2020 yang ditunjukkan pada Gambar 4. Kegiatan pelatihan dilaksanakan di rumah kepala Dusun Trojayan, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. Acara tersebut dihadiri oleh 22 orang yang merupakan keluarga dari pasien hipertensi. Kegiatan dibuka dengan sambutan dari Ketua anggota PPMT Dusun Trojayan Ns. Khoirul Amin, M.Kep dan dilanjutkan dengan pembukaan oleh Kepala Dusun Trojayan Bp. Purwanto. Pelatihan ini dilakukan dengan tujuan untuk menghasilkan tanaman herbal di sekitar lingkungan masyarakat sehingga akan memudahkan bagi masyarakat untuk mengkonsumsi tanaman herbal tersebut. Selain itu, dapat meminimalisir biaya yang dikeluarkan untuk membeli tanaman herbal.

Kegiatan ini dihadiri 20 dan berjalan dengan lancar dan dapat dipahami dengan baik oleh peserta atau masyarakat.



Gambar 4. Kegiatan pelatihan perawatan dan penanaman toga

### 3.3. Pendampingan

Pendampingan dilakukan untuk menjamin keberlanjutan dari program yang sudah diajarkan kepada masyarakat agar dapat terlaksana sesuai dengan apa yang sudah diajarkan sehingga pada saat kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan oleh tim, masyarakat bisa mandiri melaksanakannya. Pendampingan dilaksanakan selama 24 jam yang diwujudkan dalam 8 kali pendampingan serta melalui Wag. Dari hasil evaluasi yang dilaksanakan oleh tim, masyarakat sudah bisa melanjutkan kegiatan-kegiatan yang diajarkan pada saat PPMT. Bahkan telah ditunjuk 1 orang dalam keluarga untuk bertanggung jawab sebagai pemantau penderita hipertensi untuk melanjutkan kegiatan.

## 4. Kesimpulan

---

Keberhasilan kegiatan PPMT yang telah dilaksanakan di Dusun Trojayan akan mengoptimalkan peran *caregiver* hipertensi sehingga masyarakat penderita hipertensi di dusun tersebut dapat terpantau dan dapat menjalani kehidupan dengan sehat di masa pandemi saat ini. Hal tersebut tentunya akan memberi keuntungan bagi mahasiswa dan masyarakat. Bagi mahasiswa adalah dapat membagikan ilmu yang diperoleh selama studi sehingga bermanfaat bagi masyarakat sedangkan untuk masyarakat adalah dapat mengetahui peran *caregiver* hipertensi dan berbagai macam pengobatan tradisional bagi penderita hipertensi. Berdasarkan dari pembahasan yang telah tertera, dapat juga disimpulkan bahwa kegiatan PPMT ini berjalan dengan baik yang mana antusiasme masyarakat Dusun Trojayan sangat tinggi dalam mengikuti berbagai kegiatan yang kami berikan. Keberhasilan ini tentunya tidak lepas dari peran dosen pembimbing yang selalu membimbing mahasiswa dan memberikan saran sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan dapat memberikan manfaat yang optimal terhadap masyarakat Dusun Trojayan.

## Acknowledgement

---

Terimakasih kepada Bapak Khoirul Amin selaku dosen pembimbing dalam kegiatan PPMT ini karena telah membimbing kami dalam melaksanakan kegiatan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar serta memberikan manfaat yang optimal bagi masyarakat. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada warga Dusun Trojayan

karena sangat antusias mengikuti berbagai kegiatan dari kami dan telah menerima kami dengan baik di Dusun Trojayan. Terimakasih juga kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan arahan terhadap kami sehingga seluruh kegiatan yang kami jalankan dapat terencana dan terstruktur dengan baik.

## Daftar Pustaka

---

- Efendi, H., & Larasati, T. (2017). Dukungan Keluarga dalam Manajemen Penyakit Hipertensi. *Jurnal Majority*, 6(1), 34–40.
- Esti Rahayu, H. S. (2020). Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (Ppmt) Bagi Lansia Dusun Krajan, Desa Majaksingi, Kabupaten Magelang. *GEMASSIKA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 47. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i1.568>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Panduan Praktis Untuk Caregiver. Kemenkes RI.
- Sugiyanto, S. (2016). Hubungan Peran Serta Kader Posyandu Dengan Perawatan Hipertensi Pada Lanjut Usia (Lansia) Di Desa Salamrejo Sentolo Kulon Progo. *Media Ilmu Kesehatan*, 5(2), 168–174. <https://doi.org/10.30989/mik.v5i2.67>
- Trisnawati, E., & Jenie, I. M. (2019). TERAPI KOMPLEMENTER TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI: A LITERATUR REVIEW. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(3), 641–648.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---