



## Pengaruh Pelatihan Promosi Koping Pada Kader Kesehatan di Desa Karangsalam Lor Baturraden

Koernia Nanda Pratama<sup>1)</sup>, Wisnu Budi Pramono<sup>2)</sup>, Galih Noor Alivian<sup>3)</sup>, Imaniar Vitasari<sup>4)</sup>

*1,3Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University, Purwokerto, Indonesia*

*2Faculty of Medicine and Health Sciences, Jenderal Soedirman University, Purwokerto, Indonesia*

*4Master of Nursing Faculty Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia*

Corresponding author : [Koernia.pratama@unsoed.ac.id](mailto:Koernia.pratama@unsoed.ac.id)

### Abstrak

*Latar belakang: Masalah kesehatan hipertensi masih terus dicari cara untuk mencegah terjadinya komplikasi yang dapat terjadi. Upaya promotive dan preventif melalui pelatihan kader mengenai upaya promosi koping. Tujuan: menerapkan IPTEKS teknik promosi koping pada kader kesehatan di desa guna mendukung peningkatan derajat kesehatan penderita hipertensi dan program penanggulangan penyakit tidak menular hipertensi di Masyarakat. Metode: Pengabdian kepada masyarakat berbasis riset dilakukan dengan metode pendidikan kesehatan dengan topik pelatihan promosi koping pada kader dalam rangka mencegah komplikasi hipertensi pada penderitanya. Peserta yang hadir sebanyak 40 orang. Hasil : Tingkat pengetahuan kader tentang bagaimana cara melakukan praktik promosi koping untuk penderita hipertensi berada pada tingkat baik yaitu sebanyak 31 kader (82%) dan tingkat pengetahuan tentang hipertensi sudah mencapai 96% tingkat pengetahuan yang tinggi. Kesimpulan: pelatihan promosi koping untuk pencegahan komplikasi penderita hipertensi pada kader sangat penting dilakukan guna membekali pengetahuan dan ketrampilan kader sehingga mampu menerapkan promosi koping pada saat kunjungan ke penderita hipertensi. Dengan kader memiliki ketrampilan yang baik maka akan mampu mengaplikasikan promosi koping*

**Kata kunci :** hipertensi; promosi koping; kader kesehatan

### Abstract

*Background: Hypertension health problems are still being sought for ways to prevent complications that can occur. Promotive and preventive efforts through training cadres on coping promotion efforts. Objective: to apply IPTEKS coping promotion techniques to health cadres in villages to support improving the health of hypertension sufferers and non-communicable hypertension disease control programs in the community. Method: Community service based on research is carried out using the health education method with the topic of coping promotion training for cadres in order to prevent complications of hypertension in sufferers. There were 40 participants present. Results: The level of knowledge of cadres on*

*how to practice coping promotion for hypertension sufferers is at a good level, namely 31 cadres (82%) and the level of knowledge about hypertension has reached 96%, a high level of knowledge. Conclusion: Coping promotion training to prevent complications of hypertension sufferers in cadres is very important to provide cadres with knowledge and skills so that they are able to apply coping promotion when visiting hypertension sufferers. With cadres having good skills, they will be able to apply coping promotion*

**Key words :** *hypertension; coping promotion; health cadres*

## **1. LATAR BELAKANG**

Tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang sampai saat ini selalu menjadi urutan pertama di urutan penyakit tidak menular. Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 menunjukkan 71,3% kematian di dunia disebabkan penyakit tidak menular, di Negara berkembang kematian karena hal tersebut sebanyak 60,7%. Pada tahun 2015, angka kematian tersebut disebabkan oleh cardiovascular disease (CVD), sebagian besar yaitu 82% berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah .

Penderita tekanan darah tinggi atau hipertensi sampai saat ini belum mengalami penurunan jumlah kasusnya. Adanya program kesehatan untuk penderita hipertensi masih terus dilakukan pengembangan, khususnya terkait program terapi. Hipertensi merupakan tekanan darah yang mengalami peningkatan pada saat dilakukan pengukuran dalam rentang dua hari yang berbeda, dalam waktu tersebut pembacaan tekanan darah sistolik adalah  $\geq 140$  mmHg dan / atau pembacaan tekanan darah diastolik pada kedua hari yang berbeda adalah  $\geq 90$  mmHg[1] . Menurut Hasil Riskesdas (2018) penderita hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran menurut kelompok umur semakin bertambah pada dua Riskesdas terakhir 2013 dan 2018 di kelompok usia dewasa 35-55 Tahun meningkat 16,5 % [2] .

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang tidak boleh dianggap remeh, berdasarkan penyebabnya dibedakan menjadi dua yaitu Hipertensi esensial atau primer dan sekunder[2] . Menurut Joint Nasional Committee on Prevention Detection, Evaluation, and Treatment of High Pressure VII/JNC-VII (2003) tekanan darah normal sistolik  $< 120$  mmhg dan diastolik  $< 80$  mmhg, pre Hipertensi sistolik 120-139 mmhg dengan diastolik 80-89 mmhg, Hipertensi tingkat 1 tekanan sistolik 140-159 mmhg dan diastolik 90-99 mmhg, pada tingkat 2 sistolik  $\geq 160$  dengan diastolik  $\geq 100$  mmhg, serta yang terakhir Hipertensi sistolik terisolasi  $\geq 140$  dan diastolik  $< 90$  [2] . Pada saat ini hipertensi tidak hanya terjadi pada usia lanjut saja namun sudah banyak di temukan pada usia muda dan dewasa. Hal ini sesuai penelitian dari Siswanto et al, (2020) Hasil penelitian mendapatkan responden laki – laki sebanyak 73 orang (49,7%) dan perempuan sebanyak 74 orang (50,3%). Sebagian besar

(77,6%) responden mempunyai tingkat pengetahuan sedang. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan sebanyak 9 orang (6,1%) kategori hipertensi stage 2, sebanyak 18 orang (12,2%) termasuk kategori hipertensi stage 1, sebanyak 22 orang (15,0%) termasuk kategori pre-hipertensi dan sebanyak 98 orang (66,7%) mempunyai tekanan darah normal[3] . Sebagian penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya telah menderita tekanan darah tinggi[4]. Penderita hipertensi mengalami ketidakberdayaan terhadap dirinya sendiri yang tidak kunjung sembuh dengan masalah kesehatannya

## **2. OBJEKTIF**

Kegiatan ini bertujuan untuk menerapkan IPTEKS teknik promosi koping pada kader kesehatan di desa guna mendukung peningkatan derajat kesehatan penderita hipertensi dan program penanggulangan penyakit tidak menular hipertensi di masyarakat.

## **3. METODE PELAKSANAAN**

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah kelompok kader di Desa Karangsalam Lor Kecamatan Baturraden. Penelitian dilakukan pada Mei hingga Juni 2024 di Desa Karangsalam Lor, Kecamatan Baturraden, Kabupaten Banyumas.

Strategi pelaksanaan program dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Sosialisasi rencana kegiatan program pengabdian pada masyarakat dengan pihak Desa Karangsalam Lor, Kecamatan Baturraden.
- b. Kordinasi antara tim pengabdian dengan pihak desa dan bidan koordinator terkait pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat.
- c. Mendata peserta pengabdian pada masyarakat yaitu seluruh kader di wilayah desa Karangsalam Lor, Kecamatan Baturraden.
- d. Pelaksanaan PPM dengan kegiatan sebagai berikut:
  - a) kader berada dalam beberapa kelompok, membahas studi kasus terkait dengan fenomena ketidakberdayaan penderita hipertensi mengenai kondisi kesehatannya. Dengan membaca dan mendiskusikan kasus ini kelompok kader dan penderita hipertensi memiliki gambaran nyata dan membangun motivasi untuk mempelajari mekanisme koping diri yang benar.
  - b) Pendidikan Kesehatan mengenai komplikasi hipertensi, koping diri penderita hipertensi, manfaat menerapkan koping yang benar serta, Teknik promosi koping (ketrampilan dukungan koping keluarga) yang benar.
  - c) pelatihan promosi koping (dukungan koping keluarga)

- e. Melakukan evaluasi kegiatan dengan *follow up* penerapan hasil pkm pada kader posyandu.
- f. Peserta akan diberi kesempatan selama dua minggu untuk mengaplikasikan pengetahuan dan praktek promosi koping terhadap ketidakberdayaan
- g. Evaluasi dari tim tentang pengalaman mereka menerapkan teknik promosi koping (dukungan koping keluarga), menyampaikan tantangan dan kendala yang dihadapi dan membuat komitmen bersama untuk menerapkan promosi koping saat bertugas menjadi kader mendampingi penderita hipertensi.

#### 4. HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian dihadiri oleh 40 peserta. Acara diawali dengan sambutan dari Kepala Desa yang sekaligus membuka acara pengabdian pada masyarakat ini, dan dihadiri oleh koordinator bidan dari Puskesmas Baturraden II. Sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan peserta PKM mengerjakan pretest untuk mengukur pengetahuan peserta. Pretest dikerjakan oleh 40 peserta (kader posyandu) dengan hasil sebanyak 82%, 9 menjawab salah.

- a. Gambaran hasil pengukuran *pretest* dan *posttest* materi pengetahuan tentang promosi koping, manfaat koping diri, serta dan penilaian praktek promosi koping yang benar

Hasil pengukuran sebelum dan setelah intervensi dapat dilihat pada tabel berikut ini.



Setelah melaksanakan pretes, peserta mendapatkan pengetahuan melalui sesi ceramah dan diskusi. Kemudian dilanjutkan sesi demonstrasi dan praktek Teknik promosi koping (dukungan koping keluarga). Melalui kegiatan demonstrasi dan praktek ini dapat diobservasi bahwa seluruh peserta PKM melakukan Teknik promosi koping (dukungan koping keluarga) dengan benar. Setelah peserta pengabdian melaksanakan kegiatan secara

keseluruhan, dilakukan pengukuran post test. Hasil post test menunjukkan peningkatan persentase jawaban benar menjadi 96%.



Dari perbedaan hasil pengukuran pre test dan post test, dapat diketahui bahwa pengetahuan peserta pengabdian mengalami peningkatan setelah mengikuti serangkaian kegiatan penyuluhan dan pelatihan terkait hipertensi dan ketrampilan promosi koping (dukungan koping keluarga). Hasil dari pelatihan promosi koping (dukungan koping keluarga) juga dapat dilihat dengan keterampilan peserta kader yang melakukan demonstrasi teknik dukungan koping keluarga dengan benar. Dengan demikian kegiatan PKM ini diketahui dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengelolaan hipertensi di keluarga dan keterampilan kader tentang Teknik promosi koping (dukungan koping keluarga). Harapan kedepan adalah kader posyandu dapat menyebarkan pengetahuan dan keterampilan yang didapat melalui kegiatan PKM ini kepada seluruh masyarakat di wilayah Puskesmas baturraden II khususnya para kader posyandu, penderita hipertensi dan keluarganya, sehingga pengelolaan dalam perawatan penderita hipertensi di masyarakat dapat ditingkatkan. Hal ini akan menunjang tercapainya program pengendalian penyakit tidak menular (hipertensi) di Negara Indonesia.

b. Foto Kegiatan Pengabdian di Desa Karangsalam Lor, Kecamatan Baturraden





Upaya meningkatkan kemampuan kader desa dalam mendukung penanganan masalah hipertensi khususnya dengan pendekatan kesehatan keluarga, diperlukan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan tentang pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular (PTM), salahsatunya hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling umum, yang memiliki risiko besar untuk menimbulkan komplikasi serius seperti gagal jantung, stroke, dan kerusakan ginjal. Melalui kegiatan pengabdian ini, kader Desa Karangsalam Lor telah memperoleh informasi dan kemampuan yang diperlukan untuk membantu masyarakat dalam mengidentifikasi gejala hipertensi, memahami faktor

risiko, dan melaksanakan tindakan pencegahan yang diperlukan melalui ketrampilan promosi dukungan coping keluarga.

Keterlibatan keluarga dalam membantu anggota yang berisiko atau sudah memiliki tekanan darah tinggi didorong dengan meningkatkan kapasitas kader dalam pengajaran dan pengobatan hipertensi dini. Diet rendah garam, pentingnya olahraga teratur, manajemen stres, pemantauan tekanan darah mandiri, dan kepatuhan pengobatan merupakan beberapa topik pendidikan kesehatan yang dibahas dan khususnya mengenai manajemen coping di keluarga. Hal ini berupaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan menghentikan masalah tambahan. Hal ini di buktikan dengan hasil evaluasi kegiatan pengabdian ini, yaitu terdapat peningkatan skor pengetahuan tentang promosi coping, manfaat coping diri, serta dan penilaian praktek promosi coping yang benar dari peningkatan skor *posttest* 10% dari nilai *pretest* pengetahuan. Peningkatan skor praktek promosi coping diukur dari peningkatan nilai *posttest* 10% dibandingkan nilai *pretest* yang dievaluasi dalam dua minggu setelah Pendidikan Kesehatan dan pelatihan diberikan. Peningkatan skor ketidakberdayaan penderita hipertensi yang diukur dari peningkatan nilai *posttest* 10% dari nilai *pretest*.

Selain sekadar memberikan pengetahuan, pelatihan ini mendorong perubahan perilaku dan membekali kader untuk bertindak sebagai agen promosi kesehatan masyarakat. Kader yang terlatih dapat membantu keluarga membuat keputusan yang lebih baik tentang perawatan kesehatan mereka dengan menawarkan dukungan praktis dan emosional pada mekanisme penanganan. Membangun suasana yang mendorong gaya hidup sehat dan pengendalian hipertensi jangka panjang juga memerlukan bantuan dari pemerintah desa, fasilitas medis terdekat, dan organisasi terkait.

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan PKM ini diketahui dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengelolaan hipertensi di keluarga dan keterampilan kader tentang Teknik promosi coping (dukungan coping keluarga). Harapan kedepan adalah kader posyandu dapat menyebarkan pengetahuan dan keterampilan yang didapat melalui kegiatan PKM ini kepada seluruh masyarakat di wilayah Puskesmas baturraden II khususnya para kader posyandu, penderita hipertensi dan keluarganya, sehingga pengelolaan dalam perawatan penderita hipertensi di masyarakat dapat ditingkatkan. Hal ini akan menunjang tercapainya program pengendalian penyakit tidak menular (hipertensi) di negara Indonesia.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian mengucapkan banyak terima kasih kepada Universitas Jenderal Soedirman atas hibah pengabdian masyarakat berbasis riset dan Tim journal JCHD yang telah memberikan kesempatan untuk menerbitkan hasil karya kami guna kebermanfaatannya.

## 7. REFERENSI

- Alberta, L.T., Rini, A. & Dwi U.,W. (2023) “Perceived Family Support: Emotional, Instrumental, Informational and Award Support in Maintaining the Health of the Elderly in Surabaya, Indonesia: a Descriptive Study ”, *International Journal of Advanced Health Science and Technology*, 3(3), pp. 140–146. doi: <https://doi.org/10.35882/ijahst.v3i3.229>
- Amidos, Jek. (2020). Konsep Ketidakberdayaan. 10.31219/osf.io/hd3g6.
- Carpenito, L.J. (2013) *Handbook of Nursing Diagnosis*. 14th edn. Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins Health.
- Cagaoan, M. S. F., Dayrit , A. C. D., Vega, A. C. R. D. and Flores, M. J. V. (2023) “Effectiveness of the Butterfly Hug Method to the Level of Mental Health Status of Senior Citizens Living in a Selected Healthcare Facility: Basis for Adjunct Therapy”, *Journal of Rural Community Nursing Practice*, 1(2), pp. 185–209. doi: <https://doi.org/10.58545/jrcnp.v1i2.119>
- Fischer, R., Scheunemann, J. & Moritz, S. Coping Strategies and Subjective Well-being: Context Matters. *J Happiness Stud* 22, 3413–3434 (2021). <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00372-7>
- Hermawati, Suzanna, dan Dekawaty, A. (2022) “Afiriasi Positif pada Klien dengan Ketidakberdayaan di Palembang: Studi Kasus di Palembang”, *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 1(02), pp. 63–68. doi: <https://doi.org/10.56741/bikk.v1i02.132>
- Maryam, Siti. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*. 5(2), pp. 101-107. doi:<http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- PPNI, T.P.S.D. 2017, *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*, 1st edn, Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia, Jakarta.
- PPNI, T.P.S.D. 2017, *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, 1st edn, Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia, Jakarta.
- PPNI, T.P.S.D. 2018, *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*, 1st edn, Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia, Jakarta.

- Purnomo, B. A., Yani Kamasturyani, & Cecep Wahyudin. (2020). Coping Mechanisms and Stress Adaptation in Chronic Kidney Failure Patients Underwent Hemodialysis Therapy in RSUD Waled Kabupaten Cirebon. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 7(2), 27–31. <https://doi.org/10.54867/jkm.v7i2.3>
- Simanjuntak, J. (2021). Aplikasi Asuhan Keperawatan Psikososial Pada Ny. D Dengan Masalah Ketidakberdayaan. <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/fru8>
- Suardiman, S.,P. (2017). Psikologi Usia Lanjut. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Soeli, Y.M. Rachmawaty D.,H. Irfhan, I. Nirwanto K.,R. Sitti F.M Arsad (2023) ‘Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi mekanisme koping Pada Pasien Hemodialisa di RSUD Prof dr. Aloi Saboe’, *Jambura Nursing Journal*, 5(2), pp. 184–189.2020