

Terapi Komplementer Keperawatan (Keripik Belimbing) Untuk Perawatan Tekanan Darah Di Wilayah Pertanian Daerah Jember

Kushariyadi^{a}, Murtaqib^b, Didik Pudji Restanto^c, Arnis Budi Susanto^d*

^{a,b} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember

^c Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Jember

^d Fakultas Ekonomi Dan Bisnis, Universitas Jember

**corresponding author : kushariyadi@unej.ac.id*

Abstract

Permasalahan yang ada di mitra Desa Rowosari yaitu banyak tanaman belimbing yang tumbuh di tiap lahan pekarangan masyarakat yang buahnya masih belum dioptimalkan secara maksimal. Belimbing masih menjadi buah biasa untuk dikonsumsi oleh masyarakat mulai dari usia anak-anak sampai dengan lansia. Masyarakat masih belum banyak mengetahui manfaat buah belimbing terutama untuk kesehatan. Belimbing masih belum dikreasikan menjadi produk olahan yang berkualitas dan bermanfaat secara maksimal terutama terhadap kesehatan yaitu untuk menurunkan tekanan darah terutama pada masyarakat lansia. Desa Rowosari merupakan daerah agraris dan masyarakatnya bekerja sebagai petani karena secara geografis terletak di dataran tinggi. Pekerjaan petani dilakukan oleh laki-laki dan perempuan untuk mendukung keadaan ekonomi, sehingga pendapatan yang diperoleh masih terbatas. Pemberdayaan terhadap perempuan di Desa Rowosari masih belum ada. Banyak masyarakat petani perempuan setelah selesai bekerja di sawah tidak melakukan aktivitas lain yang dapat menunjang tambahan penghasilan perekonomian. Metode yang digunakan focus group discussion (FGD). Hasil pengabdian meliputi pembentukan kelompok social peduli hipertensi; penyuluhan tentang hipertensi, pelatihan pengembangan ekonomi lokal desa (membuat keripik belimbing), kesehatan, lingkungan dan pemberdayaan perempuan; pendampingan kelompok perempuan sebagai kelompok utama dalam menyelesaikan masalah mitra; evaluasi program dan keberlanjutannya. Kesimpulan yaitu terbentuknya peningkatan peran serta masyarakat dalam mengatasi hipertensi, terbentuknya kepedulian masyarakat dalam pelayanan social.

Keywords: keripik belimbing, tekanan darah, terapi komplementer keperawatan

1. Pendahuluan

Permasalahan yang ada di mitra Desa Rowosari yaitu banyak tanaman belimbing yang

tumbuh di tiap lahan pekarangan masyarakat yang buahnya masih belum dioptimalkan secara maksimal. Belimbing masih menjadi buah biasa untuk dikonsumsi oleh masyarakat mulai dari usia anak-anak sampai dengan lansia. Masyarakat masih belum banyak mengetahui manfaat buah belimbing terutama untuk kesehatan. Belimbing masih belum dikreasikan menjadi produk olahan yang berkualitas dan bermanfaat secara maksimal terutama terhadap kesehatan yaitu untuk menurunkan tekanan darah terutama pada masyarakat lansia.

Selain itu desa Rowosari merupakan daerah agraris dan masyarakatnya bekerja sebagai petani karena secara geografis terletak di dataran tinggi. Pekerjaan petani dilakukan oleh laki-laki dan perempuan untuk mendukung keadaan ekonomi, sehingga pendapatan yang diperoleh masih terbatas. Pemberdayaan terhadap perempuan di Desa Rowosari masih belum ada. Banyak masyarakat petani perempuan setelah selesai bekerja di sawah tidak melakukan aktivitas lain yang dapat menunjang tambahan penghasilan perekonomian.

Menurut laporan kasus penyakit tidak menular berdasarkan Kabupaten/Kota Provinsi Jawa Timur pada tahun 2013-2017 (WHO, 2013), jumlah kasus penyakit hipertensi di Kabupaten Jember terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 jumlah kasusnya sebanyak 20,23%, tahun 2014 sebanyak 20,26% kasus, tahun 2015 sebanyak 21,61% kasus, tahun 2016 sebanyak 21,64% kasus, dan pada tahun 2017 sebanyak 31,15% kasus, selama kurun waktu 5 tahun tersebut terjadi peningkatan jumlah kasus sebesar 71,45% (Bappeda.jemberkab.go.id, 2017).

Kondisi Desa Rowosari yang demikian terutama sumber daya alam berupa buah belimbing yang belum diolah dan dikreasikan dengan optimal sebagai bahan suplemen yang dapat meningkatkan kesehatan yaitu dapat menurunkan hipertensi terutama pada masyarakat lansia. Juga pemberdayaan masyarakat perempuan desa sebagai sumber daya manusia untuk mengolah hasil pertanian buah belimbing dan untuk membantu meningkatkan taraf perekonomian keluarga.

Perguruan tinggi memiliki peranan penting dalam upaya pencegahan masalah hipertensi melalui upaya promotif seperti pertemuan rutin di tingkat desa/kelurahan yang dilaksanakan setahun sekali, penyuluhan kepada masyarakat dengan menggunakan media

KIE dan pemberdayaan masyarakat dari sektor ekonomi dan kemasyarakatan (Kementerian kesehatan RI, 2011; WHO, 2015).

2. Metode

Metode yang ditawarkan untuk penyelesaian masalah persoalan desa binaan yang telah disepakati antara tim pengusul dengan pihak desa binaan adalah:

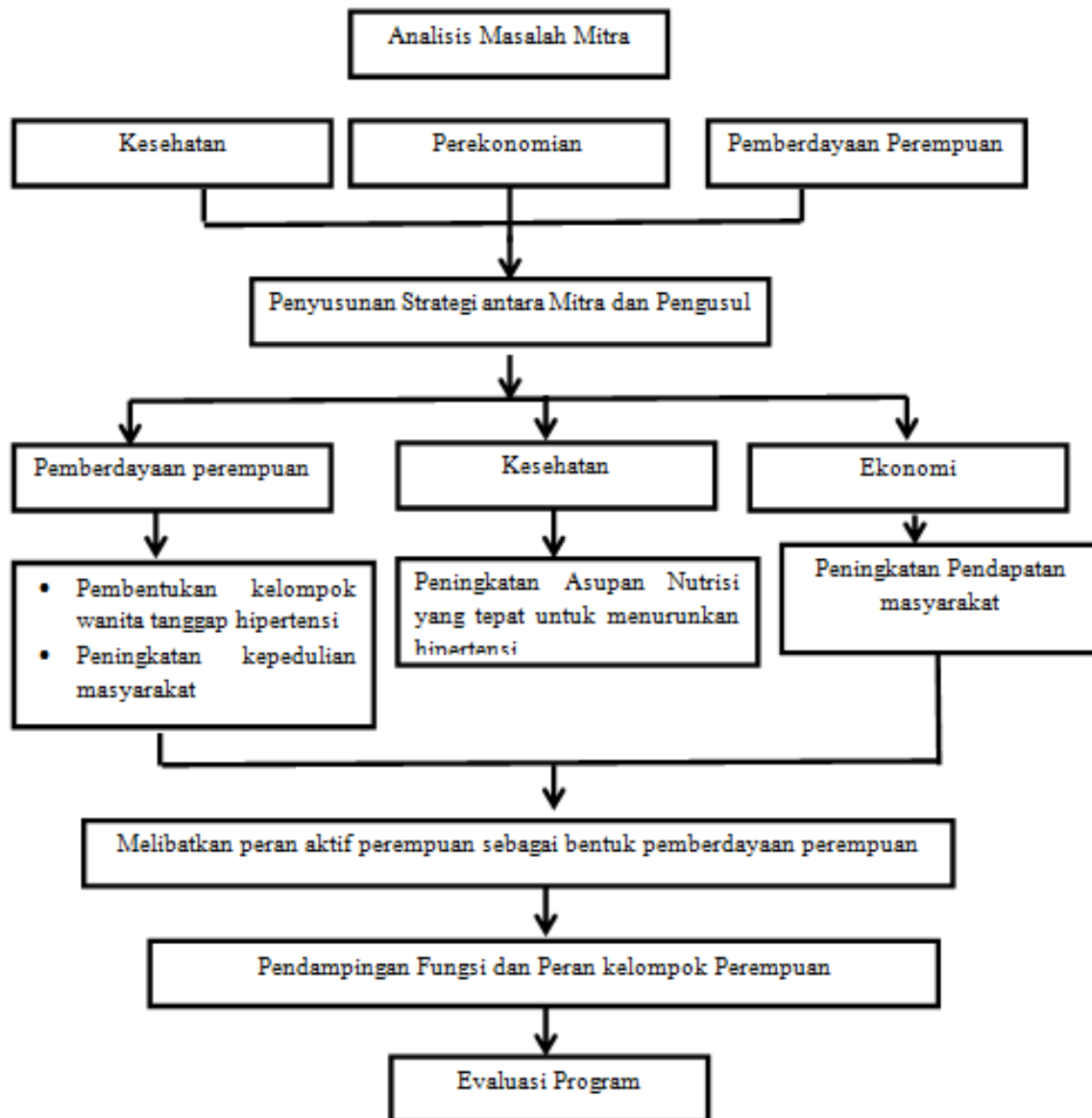
- 1. Focus Group Discussion, melalui metode diskusi ini diharapkan dapat terjadi proses pertukaran informasi antara tim pengusul dengan masyarakat setempat, agar dapat bersinergi dalam pelaksanaan solusi;*
- 2. Ceramah/penyuluhan, melalui metode ini dijelaskan secara jelas mengenai urgensi penyelesaian permasalahan yang ada di desa binaan;*
- 3. Pelatihan, pelatihan dalam bidang pengembangan ekonomi lokal desa (keripik belimbing), kesehatan, lingkungan dan pemberdayaan perempuan;*
- 4. Pendampingan kelompok perempuan sebagai kelompok utama dalam menyelesaikan masalah mitra;*
- 5. Evaluasi program dan keberlanjutannya.*

Tempat pelaksanaan Program Desa Binaan dilaksanakan di Desa Rowosari, Kecamatan Sumberjambe, Kabupaten Jember. Sasaran dilakukan kepada masyarakat yang bertempat tinggal di daerah pertanian.

Sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan pre tes dan di akhir pelaksanaan kegiatan dilakukan post tes untuk mengetahui pemahaman peserta selama mengikuti kegiatan ini. Analisis data hasil pre tes dan post tes dalam bentuk statistic frekuensi dan prosentase mengenai tingkat pemahaman peserta.

3. Hasil dan Diskusi

Pencapaian tujuan dilakukan melalui pendekatan berbagai lapisan masyarakat yang ada di Desa Rowosari dengan melibatkan tokoh masyarakat, kerjasama lintas sektoral dengan tim puskesmas, kelompok ibu-ibu. Secara sistematis, langkah- langkah solusi yang ditawarkan dapat dilihat dalam bagan berikut:



Gambar. 1 langkah langkah penyelesaian masalah

FGD Tim Pengusul dengan Mitra

Melakukan kegiatan *focus group discussion* tahap ke-1 oleh tim Program Pengabdian Desa Binaan dengan pihak Mitra yaitu Kepala Desa Rowosari mengenai rencana kegiatan program pengabdian desa binaan yang akan dilaksanakan di Desa Rowosari meliputi: 1) berkoordinasi, membuat kontrak kegiatan dan membina hubungan agar dapat bersinergi dalam pelaksanaan kegiatan; 2) menjelaskan tujuan diadakannya kegiatan program pengabdian desa binaan; 3) menjelaskan isi program-program kegiatan dalam pengabdian desa binaan.



Gambar. 2 FGD tim pengusul dengan Mitra pada kunjungan

Pembentukan Kelompok Sosial Peduli Hipertensi

Kegiatan diawali dengan melakukan *pre-tes* yaitu dengan mengisi kuesioner hari pertama sebelum kegiatan dimulai yang diikuti oleh seluruh peserta kelompok masyarakat Desa Rowosari. Peserta kelompok masyarakat Desa Rowosari mengisi kuesioner dengan seksama dan antusias yang sudah disiapkan oleh tim. Jumlah peserta yang mengisi kuesioner *pre-tes* ini sebanyak 40 orang yang terdiri dari petugas kader desa.



Gambar. 3 peserta kader desa mengisi kuesioner *pre-tes*

Melakukan kegiatan sosialisasi pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi pada masyarakat Desa Rowosari terutama masyarakat perempuan untuk dilakukan pemberdayaan. Kegiatan ini dilakukan oleh tim Program Pengabdian Desa Binaan dengan pihak kelompok masyarakat Desa Rowosari yaitu para kader. Kegiatan ini bertujuan untuk

memberdayakan masyarakat perempuan terutama yang tidak memiliki pekerjaan atau sebagai ibu rumah tangga. Sehingga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dalam pengelolaan belimbing dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi pada masyarakat Desa Rowosari. Tujuan akhir kegiatan ini yaitu diharapkan dapat menciptakan lapangan pekerjaan bagi masyarakat Desa Rowosari dan dapat meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga. Selain itu juga dapat menghasilkan produk keripik belimbing yang dapat bermanfaat dari segi kesehatan yaitu menurunkan tekanan darah terutama pada penderita hipertensi.



Gambar. 4 sosialisasi pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi di Desa Rowosari

Melakukan pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi di Desa Rowosari oleh tim kepada Kepala Desa Rowosari sebagai ketua kelompok sosial peduli hipertensi dan kader desa sebagai anggotanya. Pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi di Desa Rowosari ini bertujuan untuk menggerakkan masyarakat Desa Rowosari oleh para kader desa untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat seperti membuat keripik belimbing yang dapat bermanfaat dalam kesehatan yaitu untuk menurunkan hipertensi dan meningkatkan partisipasi masyarakat desa dalam membantu meningkatkan perekonomian desa.

Peresmian pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi di Desa Rowosari oleh tim kepada mitra ditandai dengan memasang pin sebagai tanda sudah dibentuknya kelompok sosial peduli hipertensi tersebut.



Gambar. 5 pembentukan kelompok sosial peduli hipertensi di Desa Rowosari

Melakukan kegiatan ceramah/penyuluhan oleh tim melalui metode diskusi secara langsung dengan para kader Desa Rowosari dengan menjelaskan secara detail mengenai hipertensi. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di balai Desa Rowosari yang diikuti oleh semua peserta. Kegiatan ini didahului dengan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan kolesterol pada peserta kader Desa Rowosari. Setelah melakukan pemeriksaan tersebut dilanjutkan dengan kegiatan pendidikan kesehatan. Tema yang disampaikan meliputi pengertian hipertensi, factor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi, tanda dan gejala terjadinya hipertensi, cara penanganan dan perawatan hipertensi.

Menurut Mogensen et al (2013) bahwa penyebab kematian spesifik pasca stroke antara lain factor yang berhubungan dengan usia, jenis kelamin, berat ringannya stroke. Menurut Andersen et al (2015) bahwa penyebab stroke meliputi obesitas. Menurut Dourman (2013) kejadian stroke dapat menimpa pada usia muda.



Gambar. 6 pendidikan kesehatan dengan tema hipertensi

Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dengan tema membuat inovasi terhadap buah belimbing menjadi keripik belimbing untuk menurunkan tekanan darah. Pendidikan kesehatan ini diikuti oleh seluruh peserta kader Desa Rowosari yang diselenggarakan oleh tim dan bertempat di balai Desa Rowosari. Kegiatan penyuluhan ini ditekankan pada peran serta aktif kelompok masyarakat Desa Rpwpsari dalam membuat inovasi buah belimbing menjadi keripik belimbing yang dapat dikonsumsi untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Selain itu juga para kader di berikan pelatihan dan demonstrasi mengenai cara membuat keripik belimbing yang didapat di Desa Rowosari sebagai bahan sumber daya yang dapat diolah menjadi bahan yang produktif. Kelompok masyarakat Desa Rowosari juga diajari cara manajemen hasil produksi keripik belimbing tersebut untuk dipasarkan di berbagai toko sembako di daerah Desa Rowosari.

Menurut Lanny (2013) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu pola hidup tidak sehat dan konsumsi makan yang tidak sehat.



Gambar. 7 pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan buah belimbing sebagai potensi desa yang dapat mencegah dan mengendalikan tekanan darah tinggi

Melakukan kegiatan demonstrasi tentang cara membuat keripik belimbing yang diikuti oleh seluruh peserta kader Desa Rowosari yang terbagi dalam 2 kelompok kecil. Masing-masing kelompok melakukan demonstrasi cara membuat keripik yang berasal dari belimbing yang matang dan berwarna kuning. Demonstrasi kegiatan tersebut diselenggarakan oleh tim dan bekerjasama dengan mitra yaitu para kader Desa Rowosari yang bertempat di balai desa. Kegiatan tersebut berlangsung sekitar 1 jam. Para kelompok peserta mempersiapkan barang-barang dan alat-alat untuk memasak.



Gambar. 8 demonstrasi pembuatan keripik belimbing

Melakukan evaluasi dan keberlanjutan program pengembangan desa binaan yang meliputi kegiatan: 1) melakukan post-tes pada kader Desa Rowosari sebagai peserta kegiatan dengan mengisi kuesioner yang sudah disiapkan oleh tim; 2) melakukan validasi kembali terhadap kegiatan yang telah dilakukan seperti kesiapan kader yang telah dibentuk yaitu sosialisasi dan pembentukan kader “serasi” sehat peduli rawat hipertensi; 3) melakukan validasi kembali terhadap kegiatan yang telah dilakukan seperti kesiapan kader yang telah dibentuk yaitu pendidikan kesehatan seputar hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan pada kelompok berisiko dan kader peduli hipertensi sebagai upaya pencegahan dan pengendalian terhadap meningkatnya angka prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Jember; 4) melakukan validasi kembali terhadap kegiatan yang telah dilakukan seperti pemahaman tentang pemanfaatan potensi desa yang dapat mencegah dan mengendalikan peningkatan angka prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Jember; 5) melakukan validasi kembali terhadap kegiatan yang telah dilakukan seperti mendemonstrasikan pembuatan keripik dari buah belimbing sebagai produk kreatif dan inovatif yang dapat bermanfaat bagi kesehatan yaitu untuk mengontrol tekanan darah agar supaya tetap dalam kondisi normal; 6) melakukan validasi kembali terhadap seluruh kegiatan yang terangkum dalam acara penandatanganan serah terima hibah alat dan pelatihan pembuatan keripik belimbing sebagai produk unggulan dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Kabupaten Jember.



Gambar. 9 peserta kader desa mengisi post test dan pelaksanaan MoU antara Fakultas Keperawatan Unej dengan Kepala Desa Rowosari.

4. Kesimpulan

Kesimpulan laporan hasil kemajuan program pengembangan desa binaan antara lain: terbentuknya peningkatan peran serta masyarakat dalam mengatasi hipertensi, terbentuknya kepedulian masyarakat dalam pelayanan social. Saran yang dapat diberikan yaitu kelompok pemberdayaan perempuan di masyarakat Desa Rowosari dapat melanjutkan program pengembangan desa binaan yang sudah diterapkan di Desa Rowosari tersebut sehingga lebih meningkatkan potensi sumber daya yang ada dan meningkatkan sumber penghasilan ekonomi keluarga serta meningkatkan taraf derajat kesehatan di tingkat keluarga.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada LP2M Universitas Jember yang memberikan fasilitas sarana dan prasarana terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Masyarakat Desa Rowosari, Kecamatan Sumberjambe, Kabupaten Jember yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Referensi

- Andersen, K.K., & Olsen, T.S. 2015. The obesity paradox in stroke: lower mortality and lower risk of readmission for recurrent stroke in obese stroke patients. Int J Stroke. 2015.10:99–104.*
- Bappeda.jemberkab.go.id. Profil Kabupaten Jember 2017. Profil hasil pembangunan Kabupaten Jember tahun 2017. <http://bappeda.jemberkab.go.id/2017>.*
- Dourman, K. 2013. Waspadai stroke usia muda. Jakarta : cerdas sehat.*
- Kementerian kesehatan RI. 2011. 8 dari 1000 orang di Indonesia terkena stroke. Jakarta: pusat komunikasi publik sekretariat jenderal kementerian kesehatan RI.*
- Lanny, S. 2013. Guideline stroke tahun 2011. Perdossi. Jakarta.*
- Mogensen, U.B., Olsen, T.S., Andersen, K.K., & Gerds, T.A. 2013. Cause-specific mortality after stroke: relation to age, sex, stroke severity, and risk factors in a 10-year follow-up study. J Stroke Cerebrovasc Dis. 22:e59–e65. doi: 10.1016/j.jstrokecerebrovasdis. 2013. 2012.04.006.*
- WHO. 2013. Profil kesehatan Indonesia tahun 2013. In Indonesia KKR. Editor. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.*
- WHO. 2015. Riset kesehatan dasar (RISKESDAS). editor Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.*