

**PKM LANSIA DALAM UPAYA PENCEGAHAN PAPARAN VIRUS SARS-Cov-2
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI ERA NEW NORMAL PANDEMI COVID-19
DI JEMAAT GMIM BUKIT MORIA RIKE Kec. WANEA
KOTA MANADO PROVINSI SULAWESI UTARA
*Sylvia Ritta Marunduh; Erwin Adams Pangkahila***

Di masa pandemi COVID-19 sekarang ini, salah satu kelompok yang sangat rentan terpapar virus SARS Cov-2 adalah kelompok orang dengan penyakit penyerta (komorbid). Oleh karenanya, pemerintah dalam hal ini Kementerian Kesehatan menaruh perhatian serius dan khusus pada kelompok ini, karena orang-orang dengan penyakit penyerta ini jika terinfeksi dengan SARS Cov-2 berpotensi besar mengalami perburukan klinis sehingga meningkatkan risiko kematian. Berdasarkan data yang dihimpun oleh Satuan Tugas Penanganan COVID-19 sampai bulan Oktober 2020, dari total kasus yang terkonfirmasi positif COVID-19, sebanyak 1.488 pasien memiliki penyakit penyerta. Di mana presentase terbanyak diantaranya adalah penyakit hipertensi sebesar 50,5%, diikuti Diabetes Melitus 34,5% dan penyakit jantung 19,6%. Sementara dari jumlah 1.488 kasus pasien yang meninggal diketahui 13,2% dengan hipertensi, 11,6% dengan Diabetes Melitus serta 7,7% dengan penyakit jantung. Berdasarkan faktor umur, dalam kasus meninggal karena pengaruh COVID-19, yang tertinggi adalah usia 60 tahun atau lebih (42,5 persen), diikuti usia 46-59 tahun (38,8 persen), 31-45 tahun (13,3 persen), 19-30 tahun (3,7 persen), 6-18 tahun (0,9 persen), dan 0-5 tahun (0,8 persen).

Gereja GMIM Bukit Moria Rike berlokasi di Kecamatan Wanea yang terletak di Wilayah Kotamadya Manado bagian Selatan Propinsi Sulawesi Utara. Jemaat Fungsional Lansia di wilayah pelayanan Gereja GMIM Bukit Moria Rike berjumlah 403 orang dan terdata 78 orang diantaranya memiliki penyakit Hipertensi. Kelompok Lansia adalah kelompok yang memiliki risiko tinggi untuk terpapar dengan SARS-Cov-2 (Virus penyebab Covid-19) dan Hipertensi sendiri diketahui juga merupakan penyakit penyerta (komorbid) dengan risiko tertinggi untuk terpapar SARS-Cov-2. Jadi kelompok Lansia yang menderita Hipertensi adalah kelompok yang paling berisiko dalam era pandemi Covid-19 ini.

Prioritas masalah yang perlu mendapat perhatian : (1) Kurangnya pengetahuan tentang pencegahan dan penanganan penyakit hipertensi. (2) Kurangnya pengetahuan tentang pencegahan paparan virus Corona (SARS Cov-2) pada penderita hipertensi. Target luaran yang ingin dicapai pada kegiatan ini adalah: Para Lansia dapat memahami tentang bagaimana pencegahan paparan virus Corona pada penderita Hipertensi di Era New Normal Pandemi Covid 19 saat ini.

Setelah melakukan persiapan dan koordinasi dengan MITRA Jemaat Fungsional Lansia GMIM Bukit Moria Rike, kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 18 Mei 2021 dengan menerapkan protokol kesehatan yaitu memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan.

Kegiatan PKM yang dilakukan pada Jemaat Lansia ini terdiri dari: penyuluhan kesehatan (pemberian materi terkait judul PKM, penimbangan berat badan dan pengukuran tekanan darah seluruh Jemaat Lansia yang mengikuti kegiatan. Dalam pelaksanaan kegiatan ini Tim PKM dibantu oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi dalam hal ini penimbangan berat badan dan pengukuran tekanan darah sambil tetap melaksanakan protokol kesehatan yang ketat.

Setelah pelaksanaan kegiatan PKM, melalui metode tanya jawab langsung dan pengisian kuesioner setelah penyuluhan, Lansia di Jemaat GMIM “Bukit Moria” Rike telah berhasil memperoleh pengetahuan mengenai pencegahan paparan virus corona pada penderita hipertensi di era *new normal*. Melalui kegiatan ini diharapkan akan terjadi perubahan tingkah laku dan cara berpikir lansia di jemaat ini dalam menjaga kesehatan sebagai penderita hipertensi di era *new normal* ini. Lansia diharapkan tetap menjaga kesehatan dengan memperhatikan protokol kesehatan yang ada seperti memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, mengonsumsi makanan bergisi, mengurangi asupan garam, melakukan aktivitas fisik dan tidak kalah penting adalah tetap mengonsumsi obat anti hipertensi yang dianjurkan oleh dokter.

Masyarakat juga diharapkan agar tetap melaksanakan kegiatan *monitoring* tekanan darah secara mandiri dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala di fasilitas kesehatan berdasarkan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan PKM ini. Meningkatnya sikap dan pengetahuan lansia di jemaat ini tentang pencegahan paparan virus SARS-Cov-2 pada Lansia penderita hipertensi di era *new normal* pandemi Covid-19.

Berdasarkan hasil dan luaran yang dicapai, akan dibuat kegiatan *monitoring* tekanan darah serta berat badan secara periodik dan pengawasan terapi (obat anti hipertensi) dan disertai dengan pendampingan kepada kelompok masyarakat Lansia GMIM Bukit Moria Rike sampai mereka bisa berhasil mengontrol tekanan darah secara mandiri dengan obat dan mempraktekkan gaya hidup sehat. Dengan demikian sumber daya manusia khusus para Lansia di Jemaat GMIM Bukit Moria Rike dapat selalu terjaga kesehatannya dan akan mengurangi beban biaya kesehatan.

Penyuluhan oleh Tim PKM



Penyuluhan Pada Jemaat Fungsional Lansia memakai Protokol Kesehatan ketat



Pemeriksaan Kesehatan (Pengukuran Tekanan Darah dan Berat Badan)